தஞ்சாவூர் சரசுவதி மகால் வெளியீட்டு எண் : 557

சர நூல்

பதிப்பாசிரியர் :

முனைவர் **ஜெ. ஜெயவாணிஸ்ரீ**

உதவிப்பேராசிரியர்,

அரசினர் கலைக்கல்லூரி, கும்பகோணம்.

தஞ்சாவூர் மகாராஜா சரபோஜியின்

சரசுவதி மகால் நூலகம்

மற்றும் **ஆய்வு மையம்**

தஞ்சாவூர்

சர நூல்

2014

விலை : ரூ.200

நூற்பதிப்பு விளக்கக் குறிப்பு

நூற்பெயர்	: **சரநூல்**
பதிப்பாசிரியர்	: முனைவர் **ஜெ.ஜெயவாணிஸ்ரீ**
வெளியிடுபவர்	: **இயக்குநர், சரசுவதி மகால் நூலகம்**
வெளியீட்டு எண்	: **557**
மொழி	: தமிழ்
பதிப்பு	: முதல் பதிப்பு
வெளியீட்டு நாள்	: செப்டம்பர் – **2014**
தாள்	: **TNPL 18.6 Kg**
நூல் அளவு	: **21 x 14 cm**
பக்கங்கள்	: **164**
படிகள்	: **500**
எழுத்து	: **12**
அச்சிட்டோர்	: சிவகாசி பிரஸ், ரயிலடி, தஞ்சாவூர். 9025 709672.
புத்தகக்கட்டு	: மல்டிகலர் ஆர்ட் போர்டு
பொருள்	: யோகம்
விலை	: ரூ.**200**

வெளியீட்டாளர் முகவுரை

தஞ்சையில் அமைந்து தரணி முழுமைக்கும் அறிவுச்செல்வமாகப் பயன்பட்டுக்கொண்டிருக்கும் அரும்பெரும் நிறுவனம் சரசுவதி மகால் நூலகமாகும். சுவடிக்கருவூலமாகவும், பன்மொழி நூற்களஞ்சியமாகவும், பன்மொழி ஆய்வு மையமாகவும் திகழும் சரசுவதி மகால் நூலகம் ஆற்றிவரும் தொண்டு அளப்பரியது. அதன்கண் அமைந்துள்ள அரிய சுவடிகளை நூல்களாக சிறப்பான முறையில் பதிப்பித்து வெளியிட்டு வருகின்றது. அவ்வரிசையில் **சர நூல்** என்னும் இந்நூல் தற்பொழுது வெளிவருகிறது.

சிவாகமங்களில் விதித்துள்ள சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்னும் நான்கு பாதங்களை அடைவதற்கான மார்க்கமாக இந்நூல் வழங்கப்பட்டுள்ளது. யோகமே ஞானம் அடைவதற்கான சிறந்த வழியாகும். யோகசாதனையை அடைவதற்கு வாசி (மூச்சு)யை வயப்படுத்த வேண்டும். இவ்வாசியை ஏற்ற துணைக் கருவியாகக்கொண்டு அதனை நிலைப்படுத்துவதற்குக் கையாளும் மார்க்கத்தையும், அதன் விவரத்தையும் போதிக்கக்கூடியதே இந்நூலாகும். இந்நூல் முழுமையும் செய்யுள் நடையில் அதற்குரிய விளக்கத்துடன் அமைந்துள்ளது. இதிலுள்ள பாடல்கள் விருத்தப்பாவிலேயே உள்ளது.

பலசுவடிகளையும் ஆராய்ந்து சிறப்பாக இந்நூலை பதிப்பித்தளித்த கும்பகோணம் அரசினர் கலைக்கல்லூரி உதவிப்பேராசிரியர் முனைவர் **ஜெ.ஜெயவாணிஸ்ரீ** அவர்களுக்கு எனது பாராட்டுக்கள்

இந்நூல் வெளிவரத் தேவையான நிதியுதவி நல்கிய அரசுக்கு என் மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொளகிறேன்.

இந்நூல் சிறப்புற வெளிவர ஆவன செய்துள்ள சரசுவதி மகால் நூலக நிருவாக அலுவலர் (பொ.) திரு.**ம.சங்கரநாராயணன்** B.A., அவர்களுக்கும், நூலகர் முனைவர் **எஸ்.சுதர்ஷன்** M.A., B.Lit., M.L.I.S., Ph.D., அவர்களுக்கும் மற்றும் நூலகப் பணியாளர்களுக்கும் எனது பாராட்டுதல்களைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

மனிதனுடைய நாசியிலிருந்து வரும் சுவாசத்தை தன்வயப்படுத்தி யோக நிலையில் இறப்பினை வென்று அன்னபானங்கள் இல்லாமல் நீடூழி வாழும் கலையை விளக்கும் இந்நூல் யோக பயிற்சிக்கு பெரிதும் பயன்படும்.

டாக்டர் **என்.சுப்பையன்** இ.ஆ.ப.,
மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர்
மற்றும் இயக்குநர்,
சரசுவதி மகால் நூலகம்.

தஞ்சாவூர்
20.09.2014

பதிப்புரை

அலைகடல் சூழ்ந்த அவனியின் கண் அளவிடற்கரிய மதிப்புடைய பிறவியில் மேலான பகுத்தறிவுடைய மானிடருக்குச் சிவாகமங்களில் விதித்துள்ள சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்னும் நான்கு பாதங்களை அடைவதற்கான மார்க்கமாக இந்நூல்கள் வழங்கப்பட்டுள்ளன. அதிலும் யோகமே ஞானம் அடைவதற்கான சிறந்த வழியாகும். யோகமின்றி ஞானத்தை அடையமுடியாது. இத்தகைய யோகசாதனையை அடைவதற்கு வாசி(மூச்சு)யை வயப்படுத்தவேண்டும். பொதுவாக நாசியை, வாமகதியான இடைநாசி சந்திரன் அதுவே யமுனாநதியாகவும், தட்சிணகதியான பிங்களநாடி சூரியன் அதுவே கங்காநதியாகவும், மத்திமகதியான சுழிமுனைநாடி அக்கினி அதுவே சரசுவதி நதியாகவும் ஒப்பிடுவர். இந்த மூன்றும் கூடிய சங்கமமே திரிவேணி சங்கமம் என்றும், திரிகூடம் என்றும் அழைப்பர். உசுவாச, நிசுவாச, ரூபவாயுவும் மனத்தோடு கூடி திரிகூட தேசத்திலே செறிந்து திடப்படுத்தி அதன் மேல் திரிகோண வழியாகின்ற சுழிமுனை நாடி மார்க்கத்திலே பிரவேசிக்க வேண்டும்.

இவ்வாசியை ஏற்ற துணைக்கருவியாகக் கொண்டு அதனை நிலைப்படுத்துவதற்குக் கையாளும் மார்க்கத்தையும், அதன் விவரத்தையும் போதிக்கக் கூடிய இந்நூல் தெய்வீகத் தன்மையுடையதாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது. இந்நூலினை அனுபவித்தும், அனுசரித்தும் மகான்கள் போற்றுவர். இத்தகுப் பெருமையுடைய 'சரநூல்' எனும் இச்சாத்திரத்தை எல்லோரும் எளிதில் அறிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற பேரவா கொண்ட யான் என்னால் இயன்ற வரையில் குருமூர்த்தத்தை வணங்கித் தெளிந்த வண்ணம் 'சுருங்கச் சொல்லி விளங்க வைத்தல்' உத்திக் கிணங்க உரைநடை வடிவில் இந்நூலைத் தொகுத்து வழங்குகிறேன்.

இந்நூலுக்கு ஆதாரமாக ஒரு கதை வழங்குகிறது. சில காலங்களுக்கு முன் பாண்டிய நாட்டில் ஒரு வேளாளன் தன் சிறுவயதிலேயே தன் தாய்தந்தையரால் கல்விக் கற்க அனுப்பப்பட்டான். கல்வியில் போதிய அறிவுத்திறன் பெறாமல் இருப்பதைக் கண்ட அவனின் தந்தையார் 'அட துட்டனே! 'பள்ளிக்குப் போவது பிள்ளைக்கு அழகு' என்பது அறிந்த உனக்கு

ஆசிரியரின் ஒரு மொழியேனும் மனத்தில் பதியவில்லையா?' என மனம் சஞ்சலித்து கொண்டார். இவனும் மனவுறுதியுடன் தந்தையின் இசைவிற்காகப் பள்ளிக்குச் சென்று குருவின் துணையால் அவர் உபதேசிக்கும் அனைத்தையும் கைவிடாமல் கற்று அதனைச் சாதிக்க வேண்டுமென்று தனக்குள் தீர்மானித்தான். அப்போது ஆசிரியர் எப்போதும்போல் பிள்ளைகளை வாசிக்கச் செய்வார். அத்தினம் இப்பிள்ளையைப் பார்த்துக் கொண்டே கணேசா! என்று கூறி தன் ஆசனத்தில் அமர்ந்தார்.

அவ்வாக்கியத்தையே தனக்கு உபதேசமாகக் கொண்டு இரவும், பகலும், நினைவிலும், கனவிலும், வைராக்கியமான மனத்தால் தியானித்து வந்தான். ஸ்ரீ விநாயகப் பெருமான் மனமிரங்கி சன்னியாசி வேடம் தரித்து இப்பிள்ளையைத் தன்னருகில் அழைத்து, ''பிள்ளாய்! உனக்கு என்னவேண்டு''மென்று வினவினார். அப்பிள்ளை நீ யார்? உமக்கு என் மீது இவ்வளவு கருணை உண்டாவதற்குக் காரணம் யாதென வினவினான். அதற்கு ஸ்ரீ விநாயகப் பெருமான் தன் உருவம் பூண்டு யான் கணநாதன். என்னையே உன் திருவாக்கினால் அருளினாய் என்றார். அப்படியானால் எனக்கு, 'அழியாக்கலை' வேண்டுமெனக் கேட்ட கணநாதனும் மிகுந்த அன்புகூர்ந்து, உமையை நோக்கி தியானித்துக் கொண்டிருந்ததால் உனக்கு அருளுவார்! என உரைத்து மறைந்தார்.

அதுமுதல் அப்பிள்ளையார் உமையம்மையை நோக்கி அரிய தவம் புரிய, அப்பிள்ளைக்கு முன்தோன்றி, வேண்டுவதைக் கேள் என உரைத்தார். தனக்கு ஞானக்கலையை அருளுமாறு கேட்க, அக்கணமே யான் சொல்லும் நூல் முழுவதும் கேட்பாயாயின் நீ விரும்பிய ஞானக்கலை கிடைக்கும் என உபதேசித்து அருளினார். அதனைத் திருவுளம் பற்றக் கேட்டு நின்றார். இவ்வடிப்படையில் இந்நூல் ஆக்கம் பெற்றுள்ளது என்ற வழக்குமுள்ளது என்பதை சுவடியின் குறிப்பினால் அறியமுடிகிறது.

சர நூல் சாத்திரத்துடன் **(சுவடி எண் 1684)**

அகத்தியர் ஞான சரநூல், (சுவடி எண் 1879)

ஔவையார் திருவாய் மலர்ந்தருளிய உயர்ஞான சரநூல்,

பீர்முகம்மது அருளிய 'திரு மெய்ஞ்ஞான சரநூல், இதனுடன் சென்னையைச் சேர்ந்த டாக்டர் வீ. இராமலிங்க தேவரவர்கள் அருளிய 'தினக்கிரமாலங்காரச் சுருக்கம்'என்னும்

சாத்திரங்கள் அதிகளவில் பயன்படும் என்பதால் இந்நூலில் அதனையும் இணைத்துள்ளேன்.

மேலும் ஆகமத்திற்கும் வேதத்திற்கும் படிப்போர் பயன்பெறும் வகையில் திருமூலரின் நூலிலிருந்து 'கலைச் சொல் விளக்கம்' எனும் தலைப்பில் விளக்கங்கள் இணைக்கப்பட்டுள்ளன.

இச்சுவடிகளில் மெய்யெழுத்துகளுக்குப் புள்ளி இடம் பெறவில்லை. ஒற்றைக் கொம்பும் (ெ), இரட்டைக் கொம்பும் (ே) ஒன்றாக எழுதப்பட்டுள்ளன.

ா, ர (ர)வற்றிற்கான வேறுபாடுகளை அறியமுடியவில்லை. க, ச; க, த; ப, ம; ய, ப போன்ற எழுத்துகள் ஒன்றுக்கொன்று மயங்கும் படியான நிலையிலேயே எழுதப் பெற்றுள்ளன.

மெய்யெழுத்துகளை அடுத்துவரும் சில உயிர்மெய் எழுத்துகளான க்க, த்த, ட்ட, ப்ப, ச்ச போன்றவை இணைந்து கூட்டெழுத்துகளாகவே எழுதப் பெற்றுள்ளன. இடத்திற்கேற்ப பொருளுணர்ந்தே இவற்றை அறிய வேண்டியதாகின்றது.

இந்நூல் முழுமையும் செய்யுள் நடையிலேயே அமைந்துள்ளது. இதிலுள்ள பாடல்கள் விருத்தப்பாவிலேயே அமைந்துள்ளன. அறுசீர் மற்றும் எண்சீர் விருத்தப்பா வகைகளே மிகுதியாக உள்ளன. வெண்பா, கலித்துறை போன்ற வேறு பா வடிவங்கள் இந்நூலில் இல்லை.

சுவடியிலுள்ள எழுத்துகளின் தன்மை, குறிகள் போன்றவற்றைக் கொண்டு நோக்குமிடத்து இவை சுமார் இருநூறு அல்லது இருநூற்றைம்பது ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்டவை எனலாம். அதற்கும் முன்பாகவே இது வழக்கில் இருந்திருக்க வேண்டுமென அறியமுடிகிறது.

மூல ஏட்டிலிருந்து பல ஏடுகளும் வழி ஏடுகளாக எழுதப் பெற்று வந்துள்ளதால் ஏடுகள் ஒவ்வொன்றிலும் பிழைகள் மலிந்து காணப்படுகின்றன. மேலும், ஏடு எழுதுவோரின் கவனக்குறைவு, விரைவு, பேச்சு வழக்கு, எழுத்து வழக்கு இவற்றிடையே

வேறுபாடின்மை போன்ற காரணங்களாலும் இத்தகைய பிழைகள் தோன்றியுள்ளன.

பல சுவடிகளையும் ஆராய்ந்து, மூல நூலின் வடிவங்கள் இவையாகத்தாம் இருக்க வேண்டுமென்ற நிலையைப் பெற வேண்டி இருந்ததாலும், குறிப்பிட்ட சில சொற்களில் பின்வரும் மாற்றங்களை மட்டும் செய்து, அந்தந்த இடத்திற்கேற்றவாறு பொருள் மாறுபாடு இல்லாமல் திருத்தி அமைக்கப்பட்டுள்ளன. சான்றாக,

த, ற வேறுபாடு

காத்து	– காற்று
வெத்திலை	– வெற்றிலை
தேத்தான்	– தேற்றான்

ழ, ள வெறுபாடு

களஞ்சு	– கழஞ்சு
நாளி	– நாழி
இழநீர்	– இளநீர்
களுநீர்	– கழுநீர்

ர, ற வேறுபாடு

சற்மம்	– சர்மம் போன்றவை அடங்கும்.

ந, ள வேறுபாடு

ளாழி	– நாழி
வென்னீர்	– வெந்நீர்

இவ்வாறு எழுத்துகள் மாறுபாடு கொண்ட சொற்கள் திருத்தி அமைக்கப்பட்டுள்ளன. மேலும், பேச்சுவழக்கில் உள்ளதை அப்படியே ஏட்டில் எழுதியுள்ளதாலும் பல பிழைகள் மலிந்துள்ளன. இத்தகைய சொற்கள் பலவும் திருத்தி அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

சுவடிகளில் மெய்யெழுத்து புள்ளி இல்லாமையும், இரட்டைக் கொம்பு மற்றும் ஒற்றைக் கொம்பு இவற்றிடையே வேறுபாட்டின்மையும் பல தடுமாற்றங்களைத் தருகின்றன. இவற்றையும் திருத்தி தரப்பட்டுள்ளன. வடஎழுத்துகள் கலந்த சொற்கள் பல எழுதப்பட்டுள்ளன.

யோகி சா. அ. இராமரின் கருத்தின்படி சுவடியிலுள்ள நூற்பொதி செய்திகளையோ கருத்துகளையோ பதிப்பின்போது மாற்றுதல் கூடாது என்பதில் எவருக்கும் எவ்வித ஐயமுமில்லை என்பதற்கேற்ப இப்பிழைகளில் எழுத்துப்பிழை, இலக்கணப்பிழை மட்டும் களைந்து பதிப்பிக்கப்பட்டுள்ளது.

அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்னும் சதுர்விதங்களையும் இந்நூலினால் அனுபவிக்க முடியும் எனும் நோக்கத்தினால் இது எழுதப்பட்டுள்ளது. இதில் சொற்குற்றம், பொருட்குற்றம் இருப்பின் பொருட்படுத்தாது இவ்வரிய நூலை அங்கீகரிக்க வேண்டுகிறேன்.

அப்போதைய ஆட்சித் தலைவராய் இருந்து இந்நூலினைப் பதிப்பிப்பதற்கு ஆணை வழங்கிய திரு.எம்.எஸ்.சண்முகம் அவர்களுக்கும், இந்நூல் வெளிவருவதற்கு உதவிய நூலக நிர்வாக அலுவலராகப் பணிபுரிந்து ஓய்வு பெற்ற திரு. சாமி. சிவஞானம் அவர்களுக்கும் நன்றியை உரித்தாக்குகின்றேன்.

நூல்கள் மறைந்து வரும் இக்காலக்கட்டத்தில் அதன் முக்கியத்துவத்தினை அறிந்து நூல்களை வெளிக்கொண்டு வந்து மக்களுக்கு பயனடைய செய்யும் விதமாக வெளியிடும் மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் மற்றும் சரசுவதி மகால் நூலக இயக்குநர் திரு.என். சுப்பையன் அவர்களுக்கு எனது உளமார்ந்த நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

நன்றியுடன்,

முனைவர் ஜெ. ஜெயவாணிஸ்ரீ,
உதவிப்பேராசிரியர், தமிழ்த்துறை,
அரசினர் கலைக் கல்லூரி (தன்னாட்சி),
கும்பகோணம்.

பொருளடக்கம்

	பக்க எண்
I. சர நூல் சாத்திரம்	1
1. சுவாசத்தை நாசிகளில் மாற்றும் முறை	4
2. ஜீரண சக்தி ஆயுள் விருத்தி	7
3. ஏழு சக்கரங்களிலும் சுவாசம் நடந்து ஆயுள் பாகம் காட்டுதல்	8
4. வாசியை அடக்கி அடையும் பலன்கள்	14
5. பத்து வித நாத சப்தங்கள்	19
6. மனோ ஓட்டத்தை நிறுத்த உபாயம்	24
7. மனம் வயப்பட மூன்றாம் முறை உபதேசித்தல்	25
8. மௌனம் எது? சமாதி எது?	33
குரு மொழி விவரம்	35
சுழிமுனை அறிதல்	35
சந்திர பலன்	36
சூரியபலன்	36
உபயசரம் இயங்கும் பலன்	37
சந்திரக்காலம்	37
சூரியக் காலம்	37
போர் புரிய சரம் பார்த்தல்	38
வைத்தியம் செய்யக் குறி	38
யாரொருவன் கெட்டவனெனக் குறிப்பறிதல்	38
பஞ்ச பூதங்கள் இயங்கும் வகையறியும் முறை	38
பஞ்ச பூத நிறமறிதல்	39
பிள்ளை நிறமறிதல்	39
பிணி கொண்ட பேருக்குப் பஞ்ச பூதம் இயங்கும் குறிப்பறிதல்	40
கர்ப்ப சோதனை	40
விசமறிதல்	40
சர இயக்கம் அறிதல்	41
வியாழனுக்கு அமரபட்சம், பூர்வபட்சம் இரண்டிலும் இயங்கும் வகையறிதல்	41
சரம் பார்த்து கிரிகை அறிதல்	41
வயதை அறிதல்	41
பக்கம் பதினைந்திற்கும் காலம் அறிதல் அமரபட்சம்	42
பூர்வபட்சம்	42

நாளுக்கு ராசி இயங்கும் விதம் 43
யாத்திரை வேளை அறியும் முறை 43
ஒருவன் எங்கே என்று கேட்பவர்கள் வந்தால் 43
வருவானோ ? வரமாட்டானோ ? என்று கேட்பவர்களுக்கு 44
மூவகை இராசியை அறியும் முறை 44
பஞ்ச பூதங்களும் இயங்கும் விதம் பிரதிவி 44
அப்பு 44
தேயு 44
வாய்வு 44
ஆகாயம் 45
சரம் இயங்குவதை அறிதல் 45
வாரப் பலன் அறிதல் 45
ஒரு காரியம் பொய்யா அல்லது உண்மையா என அறிதல் 45
காலமறிதல் 45
சூரிய தரிசனம் 46
சந்திர தரிசனம் 46
சர சாத்திரம் 46
கனவின் குறி 47
குருபுத்திரனுக்குச் சித்தியாவும் கனவின் குறி 47
வாரப்பலன் 48

II. அகத்தியர் ஞான சரநூல்

உமையவளுக்குச் சங்கரனார் திருவுளம் மகிழ்ந்து அருளியது 49
1. சரம்பார்க்க ஆசனவிதி 51
2. சரம் பார்க்க மார்க்கம் 52
3. சந்திரசூரியர் சுழிமுனை இலக்கனம் மற்றும் யாத்திரையின் பலன் 53
4. சந்திர லக்கனம் அதிலும் சந்திரன் நடக்கும் போது இன்னவை செய்ய வேண்டியது 55
5. சூரிய லக்கனம் அதிலும் சூரியன் நடக்கும் போது இன்னவை செய்ய வேண்டியது 56
6. சுழிமுனை பூரண சூனிய பலன் 57
7. பிரயாணம் போகும்போது சரம் இசைவு பிசகாயிருத்தல் 58
8. ஒருவனுக்கு நன்மை தீமை வரும் மார்க்கம் 59

9. பூரண சூனியங்களின் விகற்பம் 61
10. கர்ப்பக்குறி 62
11. கர்ப்பக்குறியும் போரில் வெல்லும் குறியும் 63
12. சரத்தின் ஸ்பரிசம் 64
13. சரத்தின் வடிவம், நிறம் மற்றும் ரசக்கியமும் 65
14. செய்கருமங்களின் குணங்கள் 66
15. ஒருவன் பெயரைக் குறித்து வினவ அவனுக்குரிய குணத்தைக் கூறுதல் 66
16. அவனுக்குரிய ஆயுதம், போர், போருக்கு நிற்கும் இடம் 67
17. நோய்க்குறி 68
18. தருணம் 69
19. பூதச் சரங்களின் இயல்பு 70
20. திதி பிழைக்கில் சந்திர சூரியன் இயல்பு 73
21. இடர் வந்தாலும் உபசாந்தம் 74
22. மேலதில் ஒருவாரத்திற்குச் சரம் தப்பினாலும் ஏழு நாட்களுக்கும் சரிவந்தாலும் நடப்பவை 75
23. குறி சொன்ன மார்க்கம் 76
24. சனி வியாழன் பலன் 76
25. குறி சொல் மார்க்கம் 77
26. இச்சரத்தில் மனம் வயப்படுதல் 78
27. தத்தமது வாழ்நாள் பிரமாணம் அறிதல் 79
28. போஜன விதி 80
29. சரத்தை ஏற்றாமல் குறையாமல் தன்வசப் படுத்துதல் 81
30. சரம்பார்ப்பவர்களுக்கு நன்மை தீமைமரணகாலத்தை அறிவதற்குச் சாயாபுருசனின் தரிசனம் 82
31. மரண இலக்கண வில்லுருவின் பயன் 83
32. சந்திரன் சூரியனைப் பார்க்கும் இலக்கணம் 84
33. சரீரபழுது முதலான மரண இலக்கணம் 85
34. உசுவாச நிசுவாசங்களின் பயன் 86
35. குறி சொல்லவும் போர் புரியவும் மார்க்கம் 87
36. போரில் வெல்ல மார்க்கம் 88
37. கர்ப்பக்குறியின் முறை 89
38. இன்னதற்கு மூலம் இன்னவை எனல் 89
39. மூன்று நாடிகளின் முறைமை 90
40. உயசாத்தம் 91

41. சந்திரகலையில் அடங்கும் பூதங்கள் 92
42. சரம் பார்ப்போர் இயல்பு 93

III. தெய்விகத் தன்மை விளங்கிய ஔவையார் திருவாய் மலர்ந்தருளிய உயர்ஞான சரநூல் 95
1 – ஆவது சரத்தின் விவரம் 95
2 – ஆவது சரத்தின் விவரம் 96
3 – ஆவது சரத்தின் விவரம் 96
4 – ஆவது சரம் பார்ப்போர் அளவும் ஒழுக்கமும் 96
5 – ஆவது சிவராஜ யோகமாகிய வாசி யோக அப்பாசிகள் சரம் நடத்த வேண்டிய காலமும் அளவும் கூடிய வாரசரம் 97
6 – ஆவது ஆசானளவு 98
7 – ஆவது சரம் நடக்காததற்குக் காரணமும் நடத்தும் வல்லமை பெறுதலும் 98
8 – ஆவது சரம் நடத்துபவரின் பத்தியமுறை 99
.9 – ஆவது முழுச்சரம் நடத்தலின் விவரம் 100
10 – ஆவது சூரியன் சந்திரன் நடக்கும் போது செய்ய வேண்டியவை 100
11 – ஆவது சரத்தை வசப்படுத்துதல் 101
12 – ஆவது சிவராஜ யோகமாகிய வாசி யோகத்தின் விவரமும், அதற்குரிய சரத்தின் இயல்பும் 102
13 – ஆவது சந்திர கலையிலிருந்து அமுதம் புசிக்கும் மார்க்கமும் அதன் இயல்பும் 102
14 – ஆவது மேற்கூறியவை தப்பி நடந்தாலும் நேர்மாறாய் நடந்தாலும் அதன் பலன் 103
15 – ஆவது பாழாய் நடத்தலின் குணம் 104
16 – ஆவது சரவிகல்பங்களுக்கும் சாதனைகளுக்கும் வேண்டிய பத்தியங்களும் கற்பங்களும் 104
17 – ஆவது கல்பங்களின் விவரம் 104
18 – ஆவது கல்பம் செய்யும் பாகமும் உண்ணும் அளவையும் 105
19 – ஆவது கல்பம் உண்ணும் காலமும், பத்தியமும் 106
20 – ஆவது பஞ்ச பூதத்தின் விபரம் 106
21 – ஆவது மானிட உருவ பஞ்சபூதம் 106
22 – ஆவது சரத்தின் பஞ்சபூதங்கள் 106

23 – ஆவது பஞ்சபூதங்கள் நடக்கும் அளவும், காலமும் 107
24 – ஆவது பஞ்சபூதங்கள் முறையே
ஒவ்வொன்றும் குறைதல் 107
25 – ஆவது சூட்சும சரத்தின் விவரம் 108
26 – ஆவது சரம் கடைப் பிடிப்போர்
கவனிக்க வேண்டிய முக்கிய விதிகள் 108
27 – ஆவது ஆயுள் குறையும் செய்கைகள் 108
28 – ஆவது மேற்கண்ட பஞ்சபூதங்களைத்
திருப்பி வசப்படுத்தும் மார்க்கம் 109
29 – ஆவது சூரிய சந்திர சுழிமுனை
30 – ஆவது ரேசக பூரகத்தின் விவரம் 109

IV. தினக்கிரமாலங்காரச் சுருக்கம் 110
1 – ஆவது நோய் அணுகாமல் இருக்க விதி 111
2 – ஆவது சரீரம் நிலைபெறச் செய்தல் 114
3 – ஆவது விழித்தவுடன்
சுத்த நீர் அருந்துவதன் குணம் 115
4 – ஆவது விழித்தவுடன் பார்க்கத் தக்க வஸ்துக்கள் 115
5 – ஆவது விழித்தவுடன் பார்க்கத் தகாத வஸ்துக்கள் 116
6 – ஆவது விழித்தவுடன் கண்ணாடி
பார்த்தலின் குணம் 116
7 – ஆவது மிதாமித வார்த்தையின் குணம் 116
8 – ஆவது பல் துலக்குவதன் குணம் 116
9 – ஆவது பல் துலக்கக் கூடிய கொம்புகள் 117
10 – ஆவது பல் துலக்கக் கூடாத வஸ்துக்கள் 117
11 – ஆவது பஞ்ச கற்ப விதி 117
12 – ஆவது குளியல் நேர விதி 117
13 – ஆவது வெள்ளைத் துணியின் குணம் 118
14 – ஆவது போஜன கால விதி 118
15 – ஆவது உண்கல பேதம் 119
16 – ஆவது அன்னத்தின் பிரமாணம் 119
17 – ஆவது சமைக்கும் விதமும் அதன் பயனும் 120
18 – ஆவது பசும்பாலின் பத்தியம் 120
19 – ஆவது பால் அருந்துவதற்கு நாழிகை 123
20 – ஆவது பதார்த்த வகை
துவரம்பருப்பின் ரச குணம் 123
21 – ஆவது தண்ணீர் அருந்தும் வகை 123

22 – ஆவது கஞ்சி வகை 123
23 – ஆவது சேர்க்கை அவலின் குணம் 124
24 – ஆவது தாம்பூல வகை 124
25 – ஆவது அதிகவோட்டம், சதா அமர்ந்திருத்தல், நொந்த உணவை உட்கொள்ளல், மிகுந்த காற்றை விரும்புதல் இவற்றின் குணங்கள் 124
26 – ஆவது சயன வகை 124
27 – ஆவது புணர்ச்சி வகை 126
28 – ஆவது அரோக சந்தானப் புணர்ச்சி 126
29 – ஆவது தினப் புணர்ச்சியின் குணம் 127
30 – ஆவது இரவில் நித்திரைப் பங்கத்தின் குணம் 127
31 – ஆவது பால் நித்திரையின் குணம் 127
V. பீர்முகம்மது திருவாய் மலர்ந்தருளிய திரு மெய்ஞ்ஞான சரநூல் 131 – 139
கலைச் சொல் விளக்கம் 140 – 147

எமது வெளியீடுகள்

	ரூ-பை.
1. தமிழ் எண்ணும் எழுத்தும்	150-00
2. நட்சத்திர சிந்தாமணி பாகம்-1	310-00
3. நட்சத்திர சிந்தாமணி பாகம்-2	200-00
4. நட்சத்திர சிந்தாமணி பாகம்-3	250-00
5. மாடு, குதிரை வைத்தியம்	180-00
6. கொங்கணர் சரக்கு வைப்பு (நூறு)	100-00
7. சதாசிவத்தியானம்	90-00
8. கொடுந்தமிழ்	250-00
9. பாண்டு, காமாலை சிகிட்சை	150-00
10. ஞானக் குறவஞ்சி	70-00
11. ஜ்வர ரோக சிகிட்சை	185-00
12. குன்மரோக சிகிட்சை	240-00
13. திருப்பெருந்துறைப் புராணம்	320-00
14. தொல்காப்பியம்	270-00
15. திருமுருகாற்றுப்படை உரை	320-00
16. சித்திர புத்திர அம்மானை	120-00
17. இலக்கண விளக்கம்-செய்யுளியல்	230-00
18. இலக்கண விளக்கம்-பாட்டியியல்	500-00
19. இலக்கண விளக்கம்-அணியியல்	310-00
20. ஆசிரிய நிகண்டு பாகம்-1	600-00
21. ஆசிரிய நிகண்டு பாகம்-2	40-00
22. அழகரந்தாதி	100-00

I. சர நூல் சாத்திரம்

மனிதனுடைய நாசியிலிருந்து வரும் சுவாசம் இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை என மூன்று வகைப்படும். இவற்றுள்,

இடகலை என்பது சந்திரகலை. இது பெண். இடது பக்கநாசியிலிருந்து வருவதாகும்.

பிங்கலை என்பது சூரியகலை. இது ஆண். வலப்பக்கத்து நாசியிலிருந்து வருவதாகும்.

சுழிமுனை என்பது அலி. அக்கினி என்றும் பெயர்பெறும். இது சுவாசம் ஒரு பக்கத்திலிருந்து அடி மூலத்தில் பறந்து மறு பக்கத்திற்கு வரும்போதே இப்பெயர் பெறும். எருதுக்கு மூக்கணாங் கயிற்றிலிருந்து இயங்குவது போல சரமும் மனிதனுடைய நாசியின் வழியே நின்று நல்வழிவினை, தீ வழி வினைக்குத் தக்கவாறு பிறந்து, இறந்து, இயங்குமாறு செய்யும். இதைக் குரு முகூர்த்தத்தில் அறிந்து அறநெறியில் நிற்பவரே பெரியோர் ஆவார். அதனை அறியாதவர் ஊமையாவர்.

எப்போதும் சூரியன் உதிக்கும் முன் ஐந்து நாழிகை தொடங்கி நாசியிலிருந்து சுவாசம் வந்து பன்னிரண்டு அங்குலம் வெளியே செல்லும். அதிலே நான்கு அங்குலம் வெளியே நின்று விட, மிஞ்சிய எட்டு அங்குலம் உள்ளே போய்விடும். இப்படியே அறுபது நாழிகை அதாவது 24 மணி கொண்ட ஒருநாளில் இருபத்தியோராயிரத்து அறுநூறு சுவாசம் விடப்படும். அதிலே ஏழாயிரத்து இருநூறு சுவாசம் வெளியிலே செல்ல எஞ்சிய பதினான்காயிரத்து நானூறு சுவாசமும் உள்ளே சென்று விடும். இந்தச் சுவாசம் ஒவ்வொரு நாசியிலும் ஐந்து நாழிகைக்கு ஒரு முறை மாறிமாறி ஓடும்.

ஞாயிறு, செவ்வாய், சனி என்னும் நாட்களிலே உதயத்துக்கு ஐந்து நாழிகைக்கு முன்னே தொடங்கிய பிங்கலக்கலை சூரியகலை ஓட வேண்டும். திங்கள், புதன், வெள்ளி என்னும் நாட்களிலே இடகலை என்னும் சந்திரகலை அப்படியே ஓடவேண்டும். வியாழக்கிழமையிலே வளர் பிறைக்குச் சந்திரகலையும், தேய்பிறைக்குச் சூரியகலையும் தொடங்கி ஓடவேண்டும். இம்முறை தவறியோடினால் துயரமும், மரணமும் சம்பவிக்கும்.

காலை **4** மணி முதல் **6** மணி வரையில் மேற்கூறிய தினங்களில் இடதுவலது நாசிகளில் சுவாசத்தை நிறுத்தி அப்பியாசம் செய்து வந்தால் மோட்சம், வீடுபேறு, செல்வம் குறைவில்லாமல் கிடைக்கும். சுவாசத்தைச் சூரியநாடியில் நிறுத்தி எல்லாக் காரியங்களையும் செய்யும்போது எல்லாமே கைகூடும்.

சுவாசம் – இது வலது, இடது நாசிகளில் ரேசக பூரகமாய் நடந்து கொண்டிருக்கும். இதற்குச் சூரியநாடி, சந்திரநாடி என்றும், சிவன் சத்தி என்றும், இடைப்பிங்கலை என்றும் பெயர். வலது நாசியிலிருந்து வரும் சுவாசம் சூரியநாடி சிவன். இடது நாடியிலிருந்து வரும் சுவாசம் சந்திரநாடி சத்தி. இடநாடி என்றும் சொல்லுவர். சுழிமுனை நாடியென்றால் மூலாதாரம் முதல் பிரம்ம கபாலம் (மஸ்தகம்) வரையிலும் திரிந்து கொண்டிருக்கும் நாடியாகும்.

சுவாசத்தைச் சூரியநாடியில் வைத்துக்கொண்டு சென்றால் சகலகாரியங்களும் சித்தியாகும். யோகியானவர்கள் சிறிதும் இடைவிடாமல் யோக மார்க்கத்தைச் செய்து கொண்டு இரவும் பகலும் சுவாசத்தைச் சூரிய நாடியிலேயே வைத்துக் கொண்டிருப்பதால் அவர்களுக்குச் சில காலத்திலேயே யோகம் சித்திக்கின்றது.

சுவாசத்தைச் சூரியநாடியிலேயே வைத்துக் கொண்டிருந்தால் ஆயுள் விருத்தியாகும். இதற்குக் காரணம் யாதெனில் வலது நாசியிலிருந்து வரும் மூச்சுச் சுவாசம் எட்டு அங்குலமும், இடது நாசியிலிருந்து வரும் மூச்சுச் சுவாசம் பன்னிரண்டு அங்குலமும் வெளியில் வரும். வலது நாசியில் எட்டு அங்குலம் சுவாசம் வெளியில் வருவதால் ஒவ்வொரு மூச்சிலும் நான்கு அங்குலம் சுவாசம் கூடி வருகின்றது. அதனால் ஆயுள் விருத்தியாகிறது.

அதாவது, நிமிடத்திற்குப் பதினைந்து மூச்சாக, பிரதிதினம் இருபத்துநான்கு மணிநேரத்திற்குள் மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாக நடந்து நடந்து கழிந்து கொண்டே வரும். இருபத்தி ஓராயிரத்து அறுநூறு மூச்சுகளும் இந்தச் சரீரத்திலிருந்து ஒவ்வொன்றாக அறுபட்டு இறந்து கொண்டே வந்தால் உண்மைப் பொருளைக் கண்டறிந்து கொள்ளலாம். மறவாதபடி இமைச் சிமிட்டும் நேரங்கூட ஓயாமல் ஆடி மூலாதாரத்தின் வழியாக நடக்கும் சுவாசம் என்னும் வாசியை முதுகெலும்பின் வெள்ளை நரம்பின் சிறிய துவாரத்தின் வழியாகப் பிரம்ம கபாலமான உச்சிக்கேற்றி உயர்வாயிருந்து தானாக நடந்து கொண்டிருக்கும் மெய்ப்பொருளை அறியமுடியும்.

ஆதலால் சுவாசம் என்னும் நூல் நமது சரீரத்திலிருந்து அறுபடும் முன்பே நாமெல்லோரும் கவனமாக இருந்து யோக சித்தி பெறவேண்டும்.

1. சுவாசத்தை நாசிகளில் மாற்றும் முறை

இடது நாசியிலிருக்கும் சுவாசத்தை வலது நாசியில் மாற்றவேண்டுமானால் இடதுகாலின் பேரில் வலது காலைச் சமமாக வைத்து உட்கார்ந்து கொண்டு, இடது கையைப் பூமியில் ஊன்றி வலதுகால் பெரு நரம்பைக் கணுக்காலிடம் வலது கை நடுவிரலால் அசைத்துக் கொண்டே இருக்கவேண்டும்.

சூரியநாடியில் அதாவது, வலதுநாசியில் மாறிவிடும். வலதுநாசியில் இருக்கும் சுவாசத்தை இடது நாசிக்கு மாற்ற வேண்டுமானால் மேலே கூறியதுபோல் வலதுகாலின் மேல் இடதுகாலைச் சமமாக வைத்து வலதுகையைப் பூமியில் ஊன்றி இடதுகை நடுவிரலால் இடதுகால் பெருவிரல் பெருநரம்பைக் கணுக்காலிடம் முன் அசைத்ததுபோல் அசைத்துக் கொண்டே இருந்தால் சந்திரநாடியில் அதாவது இடதுநாசியில் மாறும்.

இவ்விரண்டும் மாறுமிடம் புருவ மத்தியாகிய நெற்றியில் தாமரைக் கொடியிலுள்ள நூலைப் போன்ற மிகவும் 'தந்திரங்கள்' உண்டு. அதுதான் சந்திரநாடி, சூரியநாடி, சுழிமுனை நாடிகள் மூன்றும் கலக்குமிடமாகும். அவ்விடம்தான் சச்சிதானந்தம் என்ற உண்மை அறிவுடன் இருக்கும் ஆனந்தமிடமாகும்.

மேலும், உட்கார்ந்து யோக தண்டமாகிலும் அல்லது தனக்குத் தகுந்த உயரமுள்ள மனையாகிலும் வலது அக்குளில் வைத்துக் கொண்டு அக்குளின் நரம்பு ஊன்றும்படி அழுத்தினால் சில நிமிடங்களில் வலது நாசியிலிருக்கும் சுவாசம் இடது நாசிக்கு மாறும். அல்லது அக்குளுக்கும், முழங்கைக்கும் மத்தியிலும் வைத்து நரம்பை ஊன்றினாலும் மாறும். சுவாசம் எப்பொழுதும் சூரிய நாடியில் இருப்பதற்காகவே யோகிகள் எப்பொழுதும் யோக தண்டத்தை தமக்கு இடது அக்குளில் வைத்திருக்கிறார்கள்.

சுவாசத்திற்கு வாசி என்றும் பெயருண்டு. இந்த வாசியை மாற்றுவதனால் அந்த யோக தண்டத்திற்கு "வாசிக்கோல்" – என்றும் பெயர் வந்தது. சாதாரணமாய் உட்கார்ந்திருக்கும்போதும், சந்திரநாடியில் இருக்கும்போதும் சந்திரநாடியில் இருக்கும் சுவாசத்தைச் சூரிய நாடியில் மாற்ற வேண்டுமானால் இடதுகையைப் பூமியிலூன்றி இடது பக்க முதுகை மட்டும் சுவரில் சாய்த்துக் கொண்டிருந்தால் சந்திர நாடியிலிருக்கும் சுவாசம் சூரியநாடிக்கு மாறும். சூரிய நாடியிலிருக்கும் சுவாசம் சந்திரநாடிக்கு மாற்ற வேண்டுமானால் வலதுகையைப் பூமியிலூன்றி வலது பக்க முதுகை மட்டும் சுவரில் சாய்த்துக் கொண்டிருந்தால் சூரிய நாடியிலிருக்கும் சுவாசம் சந்திரநாடிக்கு மாறும்.

படுக்கையில் சூரியநாடியிலிருக்கும் சுவாசத்தைச் சந்திரநாடிக்கு மாற்றவேண்டுமானால் வலதுபக்கத்தில் ஒரே பக்கமாகப் படுத்து வலதுகையைத் தலைக்குக் கீழ்வைத்துக் கொண்டிருந்தால் சுவாசம் சூரியநாடியிலிருந்து சந்திரநாடிக்கு மாறும். சந்திரநாடியிலிருக்கும் சுவாசத்தைச் சூரியநாடிக்கு மாற்றவேண்டுமானால் இடதுபக்கத்தில் ஒரே பக்கமாகப் படுத்து இடதுகையைத் தலைக்குக் கீழ்வைத்துக் கொண்டிருந்தால் சுவாசம் சந்திரநாடியிலிருந்து சூரியநாடிக்கு மாறும்.

வழியில் நடக்கும்போது குடை, துண்டு இவற்றில் எதுவாயினும் பந்தாகச் சுற்றி இடது அக்குளில் வைத்துக் கொண்டு சென்றால் சுவாசமானது சூரியநாடியிலேயே இருக்கும். சந்திரநாடியில் இருக்கவேண்டுமானால் மேலே கூறியதுபோல் குடை, துண்டு இவற்றில் ஏதுவாயினும் பந்தாகச் சுற்றி வலது அக்குளில் வைத்துக் கொண்டு சென்றால் சுவாசமானது சந்திர நாடியிலேயே இருக்கும். இந்த மகா இரகசியங்களை முன் சொல்லியதுபோல் சிலகாலம் செய்து வந்தால் நிமிடத்திற்கு இரண்டு மூன்று முறை சுவாசத்தை அந்தந்த இராசிக்கு மாற்றலாம்.

முன் சொல்லியதுபோல் அந்தந்த நாட்களில் காலை 4 மணி முதல் 6 மணி வரையில் சுவாசம் மாற்றிக் கொண்டே இருக்கவேண்டும். இதில் சொல்லிய சுவாசத்தைக் கடைப் பிடிப்பவர்கள் எவ்வித ஆபத்துக்களுக்கும் இடமில்லாமல் எப்போதும் ஆனந்தமாக இருப்பார்கள். சுவாசமானது சர்வ உயிர்களின் தேக மத்தியில் பிராணவாயுவிலிருந்து அனுபவப் பூர்வமாக அதாவது, உசுவாச நிசுவாசங்களாய் ஊர்த்துவ முகமாகத் தலைகீழாய் நாபியிலிருந்து புறப்பட்டு மூக்கின் ரந்திரங்களின் வழியாக மேலும் கீழும், கீழும் மேலுமாக ஆடிக் கொண்டிருக்கும். அபானவாயு பூரக வடிவமாகவும், அதோமுகமாகவும் (கீழ்ப்புறமாக) திரிந்து கொண்டிருக்கும். இவ்விரண்டிற்கும் மத்தியில் இருப்பதே ஆத்மாவாகும்.

பிரதிமாதம் அமாவாசை, பிரதமை, துவிதியை இந்நாட்களில் இரவும் பகலும் சூரியநாடியில் செலுத்தினால் அம்மாதமெல்லாம் நன்மையைத் தரும். பிரதிவருடம் சித்திரைமாதம் அமாவாசை, பிரதமை, துவிதியை இம்மூன்று நாட்களிலும் மேலே கூறியதுபோல் சுவாசத்தைச், சூரியநாடியில் செலுத்தினால் அவ்வருடம் முழுவதும் சுகத்தைத் தரும். இவற்றை அனுபவத்தால் காணமுடியும்.

2. ஜீரண சக்தி ஆயுள் விருத்தி

நீங்கள் இரவிலும், பகலிலும், சாப்பிட்டு முடித்துப் படுக்கும்போதும், சாப்பிடாமல் படுக்கும் போதும் இடதுகைப் புறமாக வைத்துப் படுக்கவேண்டும். ஏனென்றால் நமது உணவுப் பையானது வயிற்றின் இடதுபுறத்தில் இருப்பதால் இடதுபக்கம் சாய்ந்து படுக்கவேண்டும். அவ்வாறு படுப்பதனால் சாப்பிட்ட ஆகாரமெல்லாம் சரியாகச் செரிமானமாகி வயிற்றுக்கு யாதொரு சங்கடமில்லாமல் இருப்பதோடு சுவாசமும் வலதுநாசியில் ஓடிக்கொண்டிருக்கும். அதனால் ஆயுள் விருத்தியாகும்.

இதற்குக் காரணம் என்னவெனில் வலதுநாசியில் இருக்கும் சுவாசம் 8 அங்குலமும், இடதுநாசியில் வரும் சுவாசம் 12 அங்குலமும் வெளியில் வரும். வலதுநாசியில் 8 அங்குல சுவாசம் வெளியில் வருவதால் ஒவ்வொரு சுவாசத்திலும் 4 அங்குலச் சுவாசம் கூடிவருகின்றது. அதனால் ஆயுள் விருத்தி அடைகிறது. இடதுபக்கம் சாய்ந்து படுப்பதால் சீரணசக்தியும், ஆயுள் விருத்தியும் உண்டாகிறது. சாப்பிட்டவுடன் வலது பக்கமாகக் கைவைத்துச் சாய்ந்து படுப்பதால் இரைப்பை வலதுகை ஓரமாய்ப் புரளும். அப்படிப் புரளுவதால் சாப்பிட்ட ஆகாரம் சீரணமாகாமல் உடலுக்குக் கெடுதியை உண்டாக்கும்.

அத்துடன் சுவாசம் 12 அங்குலம் நீளம் வெளியில் இடது நாசியில் ஓடும். அதனால் நீண்ட ஆயுளுக்கும் வாய்ப்புண்டு. சாப்பிட்டவுடன் வலது கையை அழுந்த ஒரு பக்கமாகப் படுக்கும்போது இவ்விரண்டு விதமான துன்பங்களும் ஏற்படும். இதனை ஒவ்வொரு மங்கையரும் அறிந்து கணவர்மார் களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் முக்கியமாகக் கவனிக்க வேண்டிய விவரமாகும்.

3. ஏழு சக்கரங்களிலும் சுவாசம் நடந்து ஆயுள் பாகம் காட்டுதல்

நாம் உள்ளுக்குள் இழுக்கும் சுவாசம் நிசுவாசம் என்றும், வெளியில் விடும் சுவாசம் உசுவாசம் என்றும் கூறப்படுகிறது. இந்த நிசுவாசம், உசுவாசங்கள் குறைவுபடாமல் இருந்தால் சப்தாதி விசயங்களும், சரீரவியாபாரங்களும் எந்த விகாரத்திலும் மனம், புத்தி, சித்தம் அகங்காரத்தின் செயல்களும் குறைவுபடாமல் இருக்கும். இதுவே 'லயம்' எனப்படும். இந்த லயமே யோகிகளுக்குப் பயனடையும் விதமாக அமையும். இந்த நிசுவாச, உசுவாசங்களே 'அம்ச' – என்பர். இந்தச் சுவாசமானது, மூலாதாரம், சுவாதிட்டானம், மணிப்பூரகம், அனாகதம், விசுத்தி, ஆக்ஞை, சகஸ்ராரம் என்னும் ஏழு சக்கரங்களிலும் திரிந்து கொண்டு நம்முடைய ஆயுள் பாகத்தைக் காட்டுகின்றது.

1. மூலாதாரத்திற்கும் அதாவது, குதஸ்தானத்திற்கு அதிதேவதை கணபதி. அவருக்கு காலை 6 மணி முதல் 6. 40 நிமிடங்கள் வரையில் 600 சுவாசங்கள் நடக்கும். நடந்தவுடன் அதற்கு வயது நிறைந்து சுவாதிட்டானத்திற்குள் பிரவேசிக்கும்.

2. சுவாதிட்டானத்திற்கு அதாவது குய்ய ஸ்தானத்திற்கு அதிதேவதை பிரமன். அவருக்குக் காலை 6. 40 மணி முதல் 1. 20 மணி வரையில் 6000 சுவாசங்கள் நடக்கும். நடந்தவுடன் அதற்கு வயது நிறைந்து மணிப்பூரக நாபியான தொப்புளுக்குள் பிரவேசிக்கும்.

3. மணிப்பூரகத்திற்கு அதிதேவதை விஷ்ணு. அவருக்கு பகல் 1. 20 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரையில் 6000 சுவாசங்கள் நடக்கும். நடந்தவுடன் அதற்கு வயது நிறைந்து அனாகத்திற்குள் அதாவது இருதயத்திற்குள் பிரவேசிக்கும்.

4. அனாகதத்திற்கு அதிதேவதை ருத்திரன். அவருக்கு இரவு 8 மணி முதல் காலை 2. 40 மணி வரையில் 6000 சுவாசங்கள் நடக்கும். நடந்தவுடன் அடிநாக்குகான நெஞ்சுக் குழிக்குள் பிரவேசிக்கும்.

5. விசுத்திக்கு அதிதேவதை மகேசுவரன். அவருக்கு காலை 2. 40 மணி முதல் 3. 46 மணி வரையில் 1000 சுவாசங்கள் நடக்கும். நடந்தவுடன் அதற்கு வயது நிறைந்து ஆக்ஞையுள் அதாவது நெற்றிக்குள் தோன்றும்.

6. ஆக்ஞைக்கு அதிதேவதை ஜீவன். அவருக்குக் காலை 3. 46 மணி முதல் 4. 53 மணி வரையில் 1000 சுவாசங்கள் நடக்கும். நடந்தவுடன் அதற்கு வயது நிறைந்து சகஸ்ராரம் என்னும் பிரம்ம கபாலத்திற்குள் (தலை உச்சிக்குள்) பிரவேசிக்கும்.

7. சகஸ்ராரத்திற்கு அதிதேவதை பரமாத்மா. அவருக்குக் காலை 4. 53 மணி முதல் 6 மணி வரையில் 1000 சுவாசங்கள் நடக்கும். நடந்தவுடன் அதற்கு வயது நிறைந்து மறுபடியும் மறுநாள் காலை 6 மணிக்கு மூலாதாரத்திற்குள் பிரவேசிக்கும்.

கடிகாரத்திற்குள் இருக்கும் முள்ளானது ஆடிக் கொண்டே மணியைக் காட்டுவது போல, இந்தச் சுவாசமானது முன் கூறிய ஏழு சக்கரங்களிலும் மேற்காட்டிய கணக்கைப் போல் நிமிடத்திற்கு 15 சுவாசங்கள் நடக்கும். ஒரு மணிக்கு அறுபது நிமிடங்கள் என்பதால் அறுபதையும் பதினைந்தையும் பெருக்கினால் தொள்ளாயிரம் சுவாசங்கள் நடந்து, நாள் ஒன்றுக்கு 24 மணிநேரத்திற்குள் அதாவது (900 * 24 = 21, 600) இருபத்தி ஓராயிரத்தி அறுநூறு சுவாசங்கள் நடந்து கொண்டு நம்முடைய ஆயுள் பாகத்தைக் காட்டுகின்றது.

கடிகாரத்திற்கு மணிக்காட்டும் தொழிலும், சூரிய சந்திராதிகளுக்கு நாள்கள், வாரங்கள், மாதங்கள், வருடங்கள்,

யுகங்கள் காட்டும் தொழிலும் உயிர்க்கோடிகளுக்கும் சுவாசம் ஆயுள் பாகத்தைக் காட்டும் தொழிலாகின்றது.

இறந்திடும் இருபத்தி ஓராயிரத்தி அறுநூறு பேரும் பிரதிதினம், நிமிடத்திற்கு 15 சுவாசங்களாய் நடந்து நாள் ஒன்றுக்கு இருபத்தி ஓராயிரத்தி அறுநூறு சுவாசங்கள் நடந்து நடந்து இறக்கின்றனர். கடவுளைக் காண மூலவாசியை மேலே ஏற்றிச் சற்று நேரமும் ஓய்வில்லாமல் மூலாதாரத்தின் வழியாக நடந்து கொண்டிருக்கும் சுவாசத்தை முதுகெலும்பிலுள்ள வெள்ளை நரம்பின் துவாரங்களின் வழியாக மேலேயேற்றி உயர்வாகவும், தனக்குத்தானே பரமாகவுள்ள 'சிதாகாசம்' என்னும் வெளியைத் தரிசிக்கவேண்டும்.

பிரதிதினம் நிமிடத்திற்கு 15 சுவாசங்களாக நடந்து நாள் ஒன்றுக்கு இருபத்தி ஓராயிரத்தி அறுநூறு சுவாசங்கள் நடந்து நடந்து இவர்கள் எல்லாரும் மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாய் ஆடி ஒவ்வொருவராய் இறந்து கொண்டே வந்து கடைசியில் இத்தேகத்தை விட்டு நீங்கினால் கடவுளைக் காண நம்முடைய ஆயுள் பாகம் இந்தச் சுவாசமே ஒழிய சூரிய சந்திரர்கள் நடக்கும் நாட்களல்ல. ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் இத்தனைக் கோடி சுவாசங்கள் என்று பிறப்பின் காலத்திலேயே பஞ்ச பூதங்களினால் உண்டான சரீரத்தில் சேர்க்கப் பட்டிருக்கின்றன. இப்பேர்ப்பட்ட மகாரகசியமாகிய சுவாசத்தைத் தெரிந்து கொள்ளாமல் மனிதர்கள் சாதாரணமாகப் பேசும்பொழுது 12 அங்குலம் சுவாசம் வெளிவந்து 8 அங்குல சுவாசம் உள்சென்று 4 அங்குல சுவாசம் வெளியில் நட்டமாகப் போகிறது.

நடக்கும் போது 16 அங்குலம் சுவாசம் வெளிவந்து 8 அங்குல சுவாசம் உள்சென்று 8 அங்குல சுவாசம் வெளியில் நட்டமாகப் போகிறது.

கைத்தொழில் செய்யும் போது 20 அங்குலம் சுவாசம் வெளிவந்து 10 அங்குல சுவாசம் உள்சென்று 10 அங்குல சுவாசம் வெளியில் நட்டமாகப் போகிறது.

சண்டையில் 24 அங்குலம் சுவாசம் வெளிவந்து 12 அங்குல சுவாசம் உள்சென்று 12 அங்குல சுவாசம் வெளியில் நட்டமாகப் போகிறது.

நித்திரையில் 48 அங்குலம் சுவாசம் வெளிவந்து 30 அங்குல சுவாசம் உள்சென்று 18 அங்குலசுவாசம் வெளியில் நட்டமாகப் போகிறது.

ஓடும்பொழுது 54 அங்குலம் சுவாசம் வெளிவந்து 27 அங்குல சுவாசம் உள்சென்று 27 அங்குல சுவாசம் வெளியில் நட்டமாகப் போகிறது.

சம்போகக் காலத்தில் 64 அங்குலம் சுவாசம் வெளிவந்து 24 அங்குலசுவாசம் உள்சென்று 40 அங்குலசுவாசம் வெளியில் நட்டமாகப் போகிறது.

இவ்விதமாக ஒவ்வொருவரும் நாள் ஒன்றுக்கு 30, 40 ஆயிரக்கணக்கான சுவாசத்தைச் செலவழித்து விட்டு 60, 70, வருடத்திற்குள் மரணமடைகின்றார்கள். சகல பிறப்பு உயிரினங்களும் நாள் ஒன்றுக்கு 21,600 சுவாசங்கள் கணக்குக்கு இப்படியாக வைக்கப்பட்டிருக்கின்றது. மனிதர்களுக்கு கடவுளால் கொடுக்கப்பட்ட வயது நூறாக இருந்த போதிலும், மேலே கூறப்பட்டது போல் சுவாசத்தை மனிதர்கள் விசேடங்களாகச் செலவழித்து விடுவதால் 80 வயதிற்கு மேல் உயிருடன் இருக்கமாட்டார்கள்.

குழந்தையானது பிறந்த மூன்றாம் மாதம் இறந்து விட்டால் அக்குழந்தைக்கு 19, 44, 000 (பத்தொன்பது இலட்சத்து நாலாயிரம் சுவாசமே இருப்பதால் அவை செலவழிந்தவுடன் உயிர் போய்விட்டது என்று அறியலாம்.

ஒவ்வொரு சீவராசிகளும் எந்நாள் வரையில் பிழைத்திருக்க வேண்டுமோ அந்நாட்களுக்கு வேண்டிய சுவாசத்தைக் கடவுள் கணக்கெடுத்து அதற்குத் தக்கவாறு

சுவாசத்தை ஏற்படுத்திச் சீவன்களைப் பிறக்கச் செய்து அனுப்பிவிடுகின்றான். இந்தச் சீவன்களைப் பரிட்சை செய்வதற்காகவே கடவுள் ஆயிரம் வருடங்களுக்கு வேண்டிய சுவாசத்தைச் சீவராசிகளுக்குக் கொடுத்துப் பிழைத்திருக்க அனுப்பிய போதிலும் இவர்கள் ஒவ்வொரு தினமும் ஒரு நிமிடமாவது ஓய்வில்லாமல் ஆயிரம் வருடங்கள் வரையிலும் மாயை சம்சார வாழ்க்கையில் வேண்டிய வேலைகளை மட்டும் செய்து கொண்டு வருகிறார்கள். ஆனால் மோட்சம் அடைவதற்கான மார்க்கத்தை அடைய அரைநிமிடமே கடவுளை நினைத்து வணங்குகிறார்கள்.

ஆனால் இவர்கள் கடவுளிடம் எதை நினைத்து வேண்டுகிறார்கள் என்றால் நான் செய்யும் வியாபாரத்தில் நல்ல இலாபம் வரவேண்டுமென்றோ, என் வழக்கில் வெற்றியடைய வேண்டும் என்றோ, நான் கொடுத்த பணம் வட்டி முதலுடன் சரியாக வர வேண்டும் என்றோ, எனக்கு நல்ல சம்பவங்கள் நடைபெற வேண்டும் என்றோ, வாரிசுகள் பிறக்க வேண்டும் என்றோ, என் குடும்பத்திலுள்ளவர்களுக்கு யாதொரு வியாதியும் அணுகாமல் இருக்க வேண்டும் என்றோ இவ்வாறு அவரவருக்கு வேண்டியபடி வரங்களைக் கேட்கிறார்கள்.

ஆனால் மாயை சம்சாரத்தைக் கடந்து கடைத்தேறும் படியான வரத்தைக் கேட்கமாட்டார்கள். சம்சாரத்திலிருந்து கடைத்தேற வேண்டுமென்று கடவுளைக் கேட்பவர்கள் நூற்றில் ஒருவர் இருப்பது கூட மிகவும் அரிதாக இருக்கின்றது.

இப்படிப்பட்டவர்களின் கூத்துகள் யாவும் கடவுளுக்கு ஒரு வேடிக்கையாதலால் மனிதர்களுக்குள் மாயமான மக்களுக்கு விசேடமான ஆசைகளை உண்டாக்கி அந்த ஆசையால் அவர்களை மோகவலையில் ஆட்படுத்துகின்றார். தான் எல்லாருடைய பலவிதமான கூத்துகளைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்கின்றான்.

இவற்றை எல்லாம் பெண்களும், ஆண்களும் புரிந்து கொண்டு நாம் தினந்தோறும் என்ன கடமைகளைச் செய்கின்றோம் ? என யோசித்துச் செயல்பட வேண்டும். பின் இதற்காகவா பிறப்பெடுத்தோம் ? என ஆழ்ந்த மனத்தில் யாரொருவன் யோசிக்கின்றானோ அப்படிப் பட்டவனைக் கடவுள் கருணை கொண்டு நினைக்கின்றான்.

நமதுகாலம் இதுவரை எதுவுமில்லாமல் போய்விட்டன என நினைத்து அவனது மனம் துடிதுடித்து மறுபடியும் தாயின் கர்ப்பத்தில் உதிக்காமல் இருப்பதற்காக என்ன செய்ய வேண்டுமோ ? அதற்கு உரியனவற்றைச் செய்யத் தொடங்குவான். ஆதலால் நாம் உலகத்தில் ஏன் பிறந்தோம், பிறந்ததற்காக எதனை அடைய வேண்டும் – என்று பெண்களும், ஆண்களும் யோசிப்பார்களே ஆனால் அவர்களுக்கு நல்ல அறிவு உண்டாகி மறுபிறப்பு வராதபடி அதற்கு வேண்டிய வழியைத் தேடிக் கொள்வார்கள். இதனை ஆலோசித்து உண்மைப்பொருளை உணர்ந்து அதுவாகவே மனத்திற்குப் புலப்படும்.

4. வாசியை அடக்கி அடையும் பலன்கள்

முன் கூறியது போல் யோகத்தைப் பெற விரும்புபவர்கள் சூரிய சந்திரகலைகளில் பிராணவாயுவைச் செலுத்தவேண்டும். அப்போது பிருதிவி (மண்), அப்பு (நீர்), தேயு (அக்கினி), வாயு (காற்று) என்னும் நான்கு தத்துவங்களும் விலகும். அப்போது அப்பிராணவாயு தத்துவமாகிய வெட்டவெளியை அடையும். அச்சமயம் சுவாசம் குறைந்து விடும். அக்காலத்தில் அமைதி (பந்தனம்) செய்யக்கூடும்.

அதாவது, பன்னிரண்டு அங்குல சுவாசத்தில் ஓர் அங்குல சுவாசம் நிறுத்தி, பதினோர் அங்குலம் ஆடச் செய்தால் இவ்வுலக இச்சையானது நீங்கிவிடும். இரண்டாம் அங்குலம் நிறுத்திப் பத்து அங்குலம் ஆடச்செய்தால், மனம் ஆனந்தத்திற்கு ஆட்பட்டு ஞானமும், செல்வமும் பெருக்கும். மூன்றாம் அங்குலம் நிறுத்தி ஒன்பது அங்குலம் ஆடச் செய்தால் விவேகியாவான்.

நான்கு அங்குலம் நிறுத்தி எட்டு அங்குலம் ஆடச்செய்தால் தூர தேசத்தில் நடக்கும் விசேடங்களைச் சொல்வான். ஆறு அங்குலம் ஆடச் செய்தால் ஆகாயத்தில் நடக்கும் அனைத்தையும் அறிந்து கொள்வான். ஏழு அங்குலம் நிறுத்தி ஐந்து அங்குலம் ஆடச்செய்தால், சரீரம் காயசித்தி அடையும். எட்டு அங்குலம் நிறுத்தி நான்கு அங்குலம் ஆடச்செய்தால், அணிமாதி சித்திகள் அடைவான்.

ஒன்பது அங்குலம் நிறுத்தி மூன்று அங்குலம் ஆடச்செய்தால், நவ கண்டங்களில் சஞ்சரிப்பான். பத்து அங்குலம் நிறுத்தி இரண்டு அங்குலம் ஆடச்செய்தால், ஓர் உடலை விட்டு மற்றொரு உடலுக்குள் பிரவேசிப்பான். பதினோர் அங்குலம் நிறுத்தி ஒரு அங்குலம் ஆடச்செய்தால், தனது ஆத்மாவில் ஐக்கியமாவான். பன்னிரண்டு அங்குலச் சுவாசமும் வெளியிடாமல் நிறுத்தினால் அந்தச் சுவாசம் உதித்த

இடத்திலேயே சுழன்று கொண்டிருக்கும். இப்படிப்பட்ட பரமயோகி இறப்பினை வென்று அன்னபானாங்கள் இல்லாமல் நீடுழிக் காலம் சமாதியில் நின்று ஆனந்தமாக இருப்பான்.

நல்ல இராச்சியமும், தர்மமுடைய தேசமும் என்று சொல்லக் கூடிய கோயில்களில் வசித்து, சத்தியநாடியைப் பிராணயத்தில் சொல்லியது போல், பிரம்மத்தண்டின் (முதுகெலும்பின்) மத்தியிலிருக்கும். வெள்ளை நரம்பிலுள்ள சிறிய துவாரங்களின் வழியாகப் பிராணவாயுவைப் போகும்படிச் செய்து பிரம்ம மந்திரத்தில் நிறுத்தவேண்டும்.

அப்படி நிறுத்தினால் பிராணனுடைய அசைவிற்கு அழிவு ஏற்படுகின்றபோது, மனம் மிகவும் சாந்தியடைகிறது. அப்போது ஆகாயம் ஒன்றுமில்லாத இருப்பிடமாக இருக்கும் என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணவாயு, மனோவாயு இவ்விரண்டும் வசமானபோது எண்ணங்களெல்லாம் சமாதியில் அடங்கிவிடும். அப்போது மனம் புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்னும் அந்தக் கரணங்களுடன் அழிந்துவிடுகின்றன. இவையெல்லாம் அழிந்தவுடன் ஆத்மா அமைதியை அடைகின்றது. அப்போது உயிர் சீவசொரூபியாக இருந்து முக்தியை அடைகின்றது. வாயு பிரம்ம மந்திரத்தில் எப்போது போகின்றதோ அப்பொழுது அல்லும் பகலும் நல்லநிலையில் இல்லாமல் இருந்தால் காலத்தை அனுசரித்துச் செல்ல வேண்டும்.

எதுவரை தலையின் உச்சிக்கு வாயு செல்கின்றதோ அதுவரையில் யோகிகளுக்கு ஆயுள் விருத்தியாகின்றது. தீர்க்கக் காலம் சமாதியை அடைந்து சித்தயோகி ஆகின்றான். பூர்வ மரணகாலத்தைத் தெரிந்து கொண்டு தலை உச்சியில் பிராணவாயுவை நிறுத்திக் காலனை வெல்லுகின்றான். தனக்குத் தேவைப்படும் போது பிராணனை விட்டு விடுகின்றான்.

நமது சரீரத்திலுள்ள எழுபத்தாறாயிரம் நாடிகளும் வாயு பிரவேசிக்கும் மார்க்கமுண்டு. அவற்றில் சுழிமுனை என்னும்

மத்தியநாடி சாம்பவி சத்தியாகும். மற்ற இடை, பிங்கலை, குஹீ, சரசுவதி, யசசுவினி, பூஷ, விசுவோதர, வர்ண, அஸ்தி, சிங்குவை, பயசுவினி, சங்குனி, காந்தாரி, அலம்புச என்னும் பதினான்கு நாடிகள் சிரேசுபட்டமானவை. அவற்றிலும் சுழிமுனை, பிங்கலை, இடைகலை என்னும் மூன்று நாடிகளும் பிரதானமானவைகள்.

இவற்றில் சுழிமுலன நாடியே சிரேசம் பட்டவையாகும். இதுவே பரமநாடி எனவும் சொல்லப்படுகிறது. சுழிமுனை நாடிக்கு இடது பக்கத்திலிருப்பது இடைநாடி. இது இடதுநாடியில் பரவியிருக்கும். சுழிமுனை நாடிக்கு வலது பக்கத்திலிருப்பது பிங்கலைநாடி. இது வலது நாடியில் பரவியிருக்கும். நாடிகளில் அரசயிலையில் ஓடிக் கொண்டிருக்கும் நரம்புகளைப் போல் நமது சரீரத்தில் கிளைகிளையாய் ஓடிக் கொண்டிருக்கின்றன. இந்நாடிகளின் வழியாய் வாயு யோக அப்பியாசத்தால் கட்டப்பட்டிருக்கும்.

மனம் எங்கெங்கு உண்டோ? அங்கங்கு வாயுவும் உண்டு. மனம் எங்கெங்கு இல்லையோ அங்கங்கு வாயுவுமில்லை என்பது போல் எந்த யோகியினால் பிராண வாயு கட்டப் படுகின்றதோ யாரால் மனம் கட்டப்படுகின்றதோ அவனாலே பிராணன் கட்டப்படுகின்றது. அமம், பிராணன் என்னும் இவ்விரண்டும் ஒன்றைக் கட்டினால் மற்றொன்றும் தானாகக் கட்டப்படுவது உறுதியாகும். மனத்திற்குப் பிராணசலனம் வாசனை. அவற்றில் ஒன்று நட்டமானாலும், இரண்டாவதும் உடனே நட்டமாகும் என்பது உறுதியாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

உலகில் அனைத்துப் பிறவிகளும் சிரத்தை எனும் பக்தியுடன் செய்யக் கூடிய பிராணயாம அப்பியாசத்தினால் அநாதியாய் வந்து கொண்டிருக்கும் எல்லா வாசனைகளும் நசித்து முக்தி பெறும் மார்க்கத்தை உண்டாக்கும். யோகநிலையில் எண்ணம் கொண்ட ஒருவன் தினக்

கணக்குகளினாலும், மாதக்கணக்குகளினாலும் யோக சித்தியை அடையவேண்டுமானால் எண்ணம் கொண்டால் சித்தியாகும்.

தத்துவ ஞானமுடைய யோகி ஆத்மாவிற்கு எப்படிப்பட்ட செயல்களுக்கும் புத்தியை ஓடும்படிச் செய்யமாட்டான். சர்வ காலத்திலும் அதிக திருப்தி உடையவனாகவும், பரமாத்மாவிலேயே நிட்டை உடையவனாகவும் இருப்பான். அஞ்ஞானியாகிய மனிதர்கள் மாயையால் ஆட்பட்டுக் கேவல சொரூபத்தில் பிரகாசித்துப் பரப்பிரம்மமே ஒழிய 'பிரம்ம வேதம்' – என்று சொல்லமாட்டான்.

தத்துவ ஞானம் உடைய யோகிகள் பரமாத்மாவையும், கிரக சேத்திராதிகளையும், திரவியங்களையும், புத்திரர்களையும் கிரகிக்கின்றார்கள். அன்னபானாங்கள் முறையில் வழிபடும் ஞானிகள் ஆதரிக்கும் உத்தமர்கள், ஞானிகளின் புண்ணியத்தைப் பெறுகின்றார்கள். அவர்களைத் தூடித்துப் (தூடனம் செய்து) அரிய செயல்களையும் செய்பவர்கள். அவர்களின் பாபகர்மங்களைப் பங்கிட்டுக் கொள்கின்றார்கள்.

பரம தத்துவ ஞான வசிட்டனுக்கு அநேகப் பிறவிகளாக வந்து கொண்டிருக்கும் குடும்பப் பந்தத்தில் ஈடுபடுவதனால் காம, குரோதத் தோசங்களும், மோக லோபாதித் தோசங்களும் தினந்தினம் சந்திப்பது பழக்கத்திற்குட்பட்டதாகிறது.

மனம், கண்கள் முதலாகிய உறுப்புகள் ஒரு நிலையில் நிறுத்துவதே சிரேட்டமான தியானநிலை என்று முனிவர்கள் கூறுகின்றனர். இந்தத் தத்துவத்தில் மரணம் என்பதில்லை.

மரணம் வரும்வரையில் வாசனை நம்மை விட்டுப் போகாது. வாசனை நம்மைவிட்டுப் போகும் வரை சித்தம் அணுகாது. சித்தம் அணுகும் வரையில் தத்துவ ஞானத்தை அடைய முடியாது. தத்துவ ஞானம் உண்டாகும் வரையில்

வாசனாசியம் என்னும் மண்ணாசை, பெண்ணாசை, பொருளாசை என்ற மூன்று ஆசைகளும் நம்மை விட்டு நீங்காது. தத்துவஞானம், மனோநாசம், வாசனாட்சயம் என்னும் இம்மூன்றும் ஒன்றையொன்று காரணத் தன்மையை அடைந்து சாதிப்பதற்கு எதுவரை சாதிக்கமுடியுமோ அதுவரையில் தத்துவஞானமும் கைகூடும்.

5. பத்து வித நாத சப்தங்கள்

கேளப்பா கேசரமே அண்டஉச்சி
கெட்டியாய்க் கண்டவர்க்கே மௌனம் ஆகும்
ஆளப்பா பரப்பிரம்மம் யோகமென்று
அடுக்கையிலே போதமுந்தான் உயரத் தூக்கும்
வாளப்பா கெவுனமணிவிந்து நாதம்
வலுத்திதடா கெட்டியாய் திரண்டுபோகும்
நாளப்பா அண்டமெல்லாம் சித்தியோடும்
நடனமிடும் சிலம்பொலியும் காணலாமே

(இ. ள்) பிராணவாயு சுவாசத்தை ஓம் என்னும் மந்திரத்துடன் மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாய் உள்ளுக்குள் இழுத்து நிறுத்தவேண்டும். பிராணயாமம் செய்யும் போது ஓம் ஓம் ஓம் ஓம் ஓம் என்னும் பிரணவ மந்திரத்தைச் சேர்த்து உள்ளுக்கு இழுத்து மறுபடியும் சுவாசத்தை வெளிவராத படிக் கண்டத்தில் நிறுத்தி விடவேண்டும்.

அப்போது அந்தச் சுவாசம் நுரையீரலில் சிலநேரம் தங்கியிருக்கும். பிறகு அந்தச் சுவாசம் நுரையீரலிருந்து வெளிவரும். அப்போது யோகியானவன் கண்டத்திடம் மூடி விடுவதால் அந்தச் சுவாசம் மூக்குத் துவாரத்தின் வழியே வெளிவராமல் தொண்டைக்குப் பின்புறமாய் இருக்கும் இரப்பைக் குழியின் வழியாக 22 அடி நீளமுள்ள குடல் முழுமையும் அந்தச் சுவாசம் செல்லும்.

பிறகு அவ்விடத்திலிருந்து மூலாதாரம் என்னும் குதத்தினிடம் போய் அச்சுவாசம் அபானவாயுவாய் வெளியே போக ஆரம்பிக்கும். அப்போது யோகியானவன் அந்தச் சுவாசத்தை அபானவாயுவாகப் போகவிடாமல் இரண்டு பிண்டங்களையும் கெட்டியாய் இடுக்கிப்பிடியாக இழுத்துப்

பிடிக்கவேண்டும். பின் அது வெளியே போகாமல் பின்புறமாக இருக்கும் முதுகெலும்பின் வழியாகப் போகும்.

முதுகெலும்பில் 33 எலும்புக் கூட்டுக்குள் படிப்படியாய் அமைக்கப்பட்டிருக்கும் துவாரத்தின் மத்தியில் வெள்ளை நரம்பு ஒன்று இருக்கும். இந்நரம்பிற்கு முதுகுத்தண்டு (ஸ்பைனல் கார்டு) என்று ஆங்கிலத்தில் கூறுவர். அது தாமரைச் செடியிலுள்ள சிறிய நூல்களைப் போன்று சிறு துவாரங்களால் மேற்படி மூக்குத்துவாரங்களின் வழியாக உள்ளிழுத்து நிறுத்திய சுவாசமானது அப்பியாச முதிர்ச்சியினால் மெதுவாக அவ்வெள்ளை நரம்பில் ஏறிச் செல்ல வேண்டும். பிராணயாமம் செய்பவர்களுக்கு மட்டுமே முதுகெலும்பில் இருக்கும் வெள்ளை நரம்பிலுள்ள சிறிய துவாரங்களின் வழியாகச் சுவாசம் மேலேறிச் செல்லும். இதற்குக் காகப்புசாண்டர் பாடலில்,

போமடாமுன் சொன்ன நரம்பினூடே
பூரித்துஆவி மதியும்சுடர்தாக்க மூன்றாம்
ஆமடாபின்னையுந்தான் கீழே பாயும்
அந்தரங்கந்தன்னைப் பார்க்க அடங்கிப்போகும்
நாமடா வெளியில் திறந்து சொல்லி விட்டோம்
நாதாந்த பரப்பிரம்மநாட்டந்தன்னை சன
ஓம்சுடா விந்துந்தான் அண்ட உச்சி
உறுதியுடன் சித்தமதை ஊன்றிப் பாரே

என விவரிக்கின்றார். அதாவது, பூரித்த இரவி மதியும் சுடர் தான். மூன்றாம் என்றால் வலதுநாசி, இடதுநாசி இரண்டு நாசிகளிலும் உள்ளிழுத்து நிறுத்திய மூன்று சுவாசத்திற்கும் அதிகளவுக் கோபமுண்டாகும். அக்கினி சுவாலையைப் போல் கிளம்பி தஸ்தானத்திற்கு கீழ்நோக்கிச் சிங்கக் குட்டியைப் போல் அதிகவேகமாகப் பாய்ந்து முதுகெலும்பின் வழியாக மேலேறி மூலதானத்தைச் சேர்ந்து அங்குள்ள 'விந்து' – என்று சொல்லும் அமிர்தத்தைத் தமது வெப்பத்தினால் உருக்கிக் கண்டத்தில் விழச் செய்து, தான் நாதாநந்தத்தில் ஐக்கியமாகி விடும்.

இதையடைய வேண்டுமாயின் திடச் சித்தம் உடையவனாக இருந்து பிராண யாமம் செய்து வரவேண்டும். யோகத் தன்மையினால் சுவாசம் முதுகெலும்பின் பின் வழியாக மேலேற்றிச் சகலநாடிகளையும் கிளப்பியவுடன் நாத சப்தங்கள் உண்டாகும்.

அப்போது சுவாசமானது, முன் சொல்லிய சுழிமுனை நாடியின் வழியாகச் சென்று பிரம்ம கபாலாத்தைத் தாக்கி அவ்விடத்திலிருந்து இச்சரீரத்திலிருக்கும் எழுபத்தி ஆறாயிரம் நாடிகளிலும் சென்று அந்தந்த நாடிகளை அவ்வவ்விடத்தில் தங்கவிடாமல் அந்தந்த இடங்களைக் கிளப்பி விடுவதால் நாடிகள் யாவும் தத்தம் இடத்தைவிட்டுக் கிளம்பி சர்ப்பம் சீறிக் கொண்டு ஓங்காரத்துடன் கிண்கிணி, சங்கு, வீணை, தாளம், கண்டா, பேரி, மிருதங்கம், மேளநாதங்கள் முதலான பத்து வகையான வாத்தியங்களும் நாடியின் வழியாகத் தொனித்துக் கொண்டு காதின் வழியாகச் சதாகாலமும் கேட்டுக் கொண்டே இருக்கும்.

ஒரு கிழ அரசன், வேற்றரசன் போர்க்களத்திற்கு வந்தபோது கிழ அரசன் தன் குமாரனை அழைத்து அப்பா, குழந்தாய்! வேற்றரசன் நம் மீது படையெடுத்து வந்திருக்கின்றான். நீ சென்று அந்த வேற்றரசனை வெற்றி கொள்வாய் என அனுப்பினான். அக்குமாரனும் சென்று வேற்றரசனை வெற்றி கொண்டு திரும்ப வருகையில், அவன் தந்தையாகிய கிழவரசன் கேள்விப்பட்டுத் தன்னிடமுள்ள இராச்சியத்தை முன்கூட்டியே அனுப்பி அக்குமாரனை எதிர்கொள்வது போலாகும்.

நமது கடவுளானவர் அவனின் கடினத்தன்மையால் 'பிராணாயாமம்' செய்து சம்சாரம் என்னும் சமுத்திரத்தைக் கடந்து கரையேற்றி விட்டது போல் ஆனந்தமடைந்து மேற்கூறிய பத்து விதநாதங்களையும் காதில் கேட்கும்படி முன்னால் அனுபவித்துத் தந்து பிறகு காட்சியைத் தருகின்றார். இந்தத்

தேகமென்னும் ஆலயத்தில் மேற்கூறிய பத்துவித நாதங்களையும் கேட்டுக் கொண்டிருந்து, பிறகு அதைக்கடந்து பிரம்மக் கபாலத்திலிருக்கும் ஆகாச வடிவத்தில் மனம் ஐக்கியமாகி விடும்.

இவ்வாறு மனம் ஐக்கியமாகி விடுவதால், தன்னுடைய உண்மை வடிவம் தானாகவே நின்று கொண்டிருக்கும். அதாவது தானே தானாவான். முப்பத்தாறு தத்துவங்களுக்கும் அதிகப்பட்சம் இந்த ஓசையை யார் கேட்கின்றார்களோ ? அவர்களே முக்தர்கள், அவர்களே பிரம்மஞானிகள். யார் ?

ஒருவர் சகல எண்ணங்களையும் விட்டுச் சித்த விருத்தியடைந்து அந்நிய சாத்திரங்களிலும் சமத்த போகங்களிலும் இச்சை இல்லாதவர்களாய், 'மாயை' – என்னும் பிரம்மவலையில் அகப்படாமல் சுயம்பிரகாசமான பிரம்ம ஞானத்தினால் 'நிர்விகல்பச் சமாதியிலிருப்பவர்கள்' அதாவது உயிருடன் இருந்து கொண்டு அடக்கமடைவதைக் குறிக்கும் – இவ்வாறு இருப்பவர்களே சீவன் முக்தர்கள் ஆவார்கள்.

சுவாசம் மூக்கின் வழியாய் இழுத்து நிறுத்தியபோது, வெகுநாட்களின் பழக்கத்தால் அந்தப் பின்புறமாக மேலேறி தலையின் உச்சிக்குப் போய் அவ்விடத்தில் இருக்கும் 'நாபி' – என்னும் தொப்புளுக்குச் சென்று அங்குள்ள குண்டலி சத்தியைக் கிளப்பிவிடும். அப்போது நெற்றியில் ஒளி காணப்படும்.

இவ்விரண்டையும் முடித்த யோகி, சுவாசம் அடக்கி அமைதியாக அமர்ந்திருந்தால் அந்தச் சுவாசம் தேகமெல்லாம் சுற்றித் திரிந்து சரீரத்தில் இருக்கும் எழுபத்தி ஆறாயிரம் நாடிகளையும் கிளப்பி விடுவதால் அவற்றுக்குக் கோபமுண்டாகி 'ஓம்' என்னும் சப்தம் சதா ரீங்காரம் செய்து கொண்டிருக்கும்.

அப்போது அந்த ஓங்காரத்தில் மனத்தை நாட்டிக் கேட்டுக் கொண்டிருந்தால் முன் சொல்லியபடி பத்து நாத சத்தங்களையும் கேட்கலாம்.

நாத சப்தங்களை ஆனந்தமாய்க் கேட்டுக் கொண்டிருக்கும் தறுவாயில் சிரசிலிருந்து அமிர்தமானது 'யோகாக்கினி' சுவாலையினால் கரைந்து மண்டையிலிருந்து கண்டத்தின் வழியாகச் சொட்டுச் சொட்டாய் இருந்தாற் போலிருந்து குபீரென்று தொண்டையில் விழுந்து வயிற்றிற்குள் செல்லும். அமிர்தம் மண்டையிலிருந்து வரும் பொழுது நன்றாகத் தெரியும்.

யோகியானவன் மேற் சொல்லிய நாதசப்தங்களைக் கேட்டு அமிர்தபானம் செய்து கொண்டிருந்து கடைசியில் சூனியமாய்ப் பிரம்மானந்தப் பதவியை அடைவான். யோகாப் பியாசம் செய்து சித்தியடைந்த மகான்களுக்கு நாபியிலிருந்து யோகா அக்கினி உண்டாகும். இந்த யோகா அக்கினி, 'சஞ்சிதம்' – என்னும் புண்ணிய பாப இருவினைகளைச் சாம்பலாய் எரித்துவிடும். அத்தோடு சூரியமண்டலம், சந்திரமண்டலம், நட்சத்திரமண்டலம் யாவும் நம்மில் அடங்கியிருக்கின்றது. சிரத்தை பக்தி, தியானத்தில் இருப்பவர்களுக்குத் தப்பாமல் யோகம் சித்திக்கும்.

6. மனோ ஓட்டத்தை நிறுத்த உபாயம்

எவருக்கு எண்ணமெல்லாம் நசிந்து விடுகின்றனவோ, அவர்களுக்கு மோட்சம் உள்ளங்கை நெல்லிக்கனி போல் இருக்கும். எப்பொழுதும் சகல எண்ணங்களையும் நசிக்கச் செய்கின்றார்களோ . . . அப்பொழுதே பிரம்ம சொரூபர்களாய் முத்தியை அடைகிறார்கள். சகல எண்ணங்களையும் நசிக்கச் செய்ய ஓர் உபாயம் உண்டு.

அதைக் கவனமுடன் கவனித்து அதுபோல் அப்பியாசம் செய்து வந்தால் சகல எண்ணங்களும் ஒழிந்து பிரம்மானந்தப் பதவியை அடையலாம். எண்ணங்களிலேயே பிறவிகள் உண்டாகின்றன. எண்ணங்கள் இல்லாவிடில் பிறவியில்லை என்று உபநிடதங்களில் கூறப்பட்டிருக்கின்றன.

ஆதலால், சகல எண்ணங்களையும் தலையெடுக்க விடாமல் செய்வதே மனோநாசத்திற்கு முக்கியமான உபாயம். எவ்வாறெனில் நமக்கு எண்ணமெல்லாம் பிரம்ம தானத்திலிருந்து உண்டாகின்றன. இந்த நாபியான பிரம்மதானத்தை வெட்டவெளியாகப் பார்த்தபோது எண்ணங்களெல்லாம் உதித்த இடத்திலேயே ஒடுங்கும்.

எப்படியெனில் சென்னையை என மனம் நினைத்த உடனே 'செ' என்னும் எழுத்து நாபியிலிருந்து புறப்படும். அதி நாபியிலிருந்து வெளியே வரவிடாமல் உள்முகமாய் அந்த நாபியின் இடத்தை ஆகாய ரூபமாய் பார்த்தபோது வெட்டவெளியாய், அதாவது வெற்றிடமாய் இருந்தால் 'செ' என்னும் எழுத்து உதித்த இடத்திலேயே ஒடுங்கும். முதல் எழுத்து ஒடுங்குவதால் அதன் பின் வரும் எழுத்துக்கெல்லாம் (எண்ணங்களெல்லாம்) ஒடுங்கிவிடும்.

சுவாசமும், மனமும் ஒன்றுவதால் மனம் நின்றால் சுவாசமும் நின்றுவிடும். மனத்தின் சுபாவகுணம் எண்ணங்களே

ஆகும். சுவாசம் என்னும் காற்று நாபியில் பிறந்து, மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாக ஓயாமல் வெளிவந்து, ஒவ்வொரு சுவாசமாய் இறந்து கொண்டேவரும். அப்போது சிறியசிறிய உதவியற்றதும், ஞாபகமில்லாததுமாகிய அனைத்து எண்ணங்களும் நாபியிலிருந்து வெளியேவரும். சுவாசம் என்னும் காற்றில் மனதென்னும் எண்ணங்கள் அடிக்கடிப் பிறந்து பிறந்து மறைந்து நசிந்து கொண்டே வரும். இப்படிக் காற்று உருவகமாகயிருக்கும் மனத்தை நிறுத்த உபாயத்தைக் காண்போம்.

ஒரு புற்றிலிருந்து பாம்பானது, வெளிவரும் சமயத்தில் அப்புற்றின் அருகில் ஒரு மனிதன் நின்றிருந்தால் அவனைப் பாம்பு பார்த்தவுடன் பயந்து வெளிவராமல் புற்றுக்குள் போய்விடும். மறுபடியும் பத்து நிமிடங்கள் சென்ற பிறகு பாம்பானது புற்றிலிருந்து மறுபடியும் வெளியே வந்து எட்டிப் பார்க்கும். அம்மனிதன் விலகிப் போகாமல் நின்றிருந்தால், அப்பாம்பானது மீண்டும் புற்றுக்குள் போய்விடும். அம்மனிதன் புற்றுக்கருகிலிருந்து விலகிப்போய் விட்டால் பாம்பு வெளியே போய்விடும். அதுபோல நாபி புற்றென்றும், சுவாசம் (மூச்சு) பாம்பென்றும் கொண்டால், அந்தச் சுவாசம் என்னும் பாம்பில் அனைத்து வகையான எண்ணங்களும் அடிக்கடி உதித்து உதித்து இறந்துவிடும். இந்த எண்ணங்களையே மனம் என்று சொல்லுவார்கள். இந்த மனம் காற்றின் உருவமாக இருந்த போதிலும் அதன் குணத்தைக் காண்போம்.

எந்த எண்ணங்களும் இல்லாமல் வெற்று வெளியாக இருக்கும்பொழுது, கடைக்குப் போக வேண்டும். இன்னென்ன பொருட்களை வாங்க வேண்டுமென்றும், இப்படிப்பட்ட பலவிதமான எண்ணங்கள் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக உதித்து உதித்து, நீர் அலைகளிலிருந்து உண்டாகிய நீர்க்குமிழிகள், திவாலைகள், நுரைகள், உடனுக்குடன் மறைந்து விடுவது போல், ஆயிரக்கணக்கான உதித்த எண்ணங்கள் யாவும் மனம் என்னும் நீர்க்குமிழிகள் சுவாசம் என்னும் அலையில் பிறந்து, ‘சுவாசம்’ – என்னும் அலையிலேயே மறைந்து போகும்.

அப்பொழுது என்ன செய்யவேண்டுமென்றால் முன் சொல்லிய புற்றுக்குள் இருந்த பாம்பானது, வெளிவராமல் எப்படிப் புற்றுக்குள் அடங்கியிருக்கிறதோ அதுபோல், நாபி என்னும் புற்றிலிருந்து சுவாசம் என்னும் பாம்பு புறப்படும்போது அதிலிருந்து கடைக்குப் போக வேண்டும். இன்னென்ன பொருட்களை வாங்கவேண்டும் என்று எண்ணம் உதிக்கும்.

அப்போது முதல் எழுத்தாகிய 'க' என்னும் எழுத்துப் புறப்பட்ட உடனே நில்? நீ எங்கே புறப்படுகிறாய் மனமே, புறப்படுப் பார்ப்போம் என்று கண்களை மூடி நாபியிடம் அகத்தினுள்ளே வெற்று வெளியாகப் பார்த்தோம் என்றால் எந்த எழுத்து நாபியிலிருந்து முதலில் பிறக்கின்றதோ, அவ்வெழுத்தைப் புறப்படாதவாறு நாபியினிடம் வெளிவெளியாகப் பார்க்க வேண்டும். அப்போது உலகத்தை எல்லாம் ஆளும் சக்கரவர்த்தி அரசர்களையெல்லாம் தம் ஆக்ஞைக்குள் நிறுத்துவது போல், இந்திரிய வியாபாரங்கள் யாவும் நின்றுவிடும்.

ஆதலால், அசுத்தமான மனத்தை ஆத்ம ஞானத்தினால் நாசம் செய்வதோடு மனம் வெளி விகாரங்களில் ஓடாமல் நின்று விடும். மனம் எப்பொழுது நின்று விடுகின்றதோ அப்போதே மூச்சு ஆடாமல் நின்றுவிடும். மூச்சு நின்றவுடன் காதினால் கேட்பது, மூக்கினால் வாசனை அறிவது, வாயினால் பேசுவது, கண்களால் பார்ப்பது, சீதோசணங்களால் அறிவது முதலாகிய இந்திரிய வியாபாரங்கள் ஒடுங்கி, தான்தானாய் கல் பொம்மையைப் போல் சமாதி நிலையில் நின்று பிரம்மானந்தத்தில் ஒருவிதமான சுகத்தில் உறைந்து இருப்பார். மூச்சு நாபியிலிருந்து பிறக்கின்றது. அதாவது தொப்புளிலிருந்து மூச்சு புறப்படுகின்றது. அந்தத் தொப்புளிலிருக்கும் இடமே சிதாகாசம்' – என்றால் சிறிய ஆகாசம் வெளி என்று சொல்லப்படுகின்றது.

மேலே சொல்லிய மனத்தின் சொரூப உண்மை நிலைகளையெல்லாம் முன்னுள்ள பெரியோர்கள், பரம இராசர்களும், மற்றவர்களும் தெளிவாய் அறியும்படி எளிய வசனநடையில் கவிகளாகவும், பாடல்களாகவும், சுலோகங்களாகவும், சுருதிகளாகவும், மறைபொருளாகப் பாடிச் சென்றார்கள்.

மனிதர்கள் பெரும்பாலும் சாதாரண உரை தெரிந்து கொள்வார்களே ஒழிய, உள் இரகசியமான ஆழ்ந்த கருத்துகளை அறியமாட்டார்கள். மேற்கூறிய கவிகள், பாடல்கள், சுலோகங்கள், சுருதிகள் முதலானவற்றுக்கு எல்லாம் உள் கருத்தும், இரகசியங்களும் இந்நூலில் விரிவாகவும், தெளிவாகவும் சுலபமான வசனநடையில் எழுதி வெளியிடப்பட்டிருகின்றன. ஆதலால் இந்நூலில் சொல்லியது போல் பயிற்சி செய்து வரவேண்டும்.

7. மனம் வயப்பட மூன்றாம் முறை உபதேசித்தல்

இதனடியில் உபதேசிக்கும் 'உபதேசம்' – இதுவரையில் உபதேசித்திருந்த போதிலும் மாயைக்குள் அகப்பட்டிருக்கும் பெண்களும், ஆண்களும் அந்த மாயையிலிருந்து விடுபட அவர்கள் மனத்திற்கு நன்றாக விளங்கும்படி, மறுபடியும் மூன்றாம் முறையும் விளக்கப்படுகிறது. முன்பே கூறியது போல் ஒருநாள் சுவாசத்தை அடக்கிப் பார்ப்பார்களேயானால் இதன் அனுபவம் உங்களுக்கு உயர்வானதாக அறியமுடியும். மானிடப்பிறவி கடைத்தேற எல்லா உபதேசங்களும் இந்நூலில் எழுதப்பட்டிருக்கின்றன. கடைத்தேறுபவர்களுக்கு இந்நூல் ஒன்றே போதுமானதாக இருக்கின்றது என உறுதியாகக் கூறமுடியும்.

நாம் ஒரு காரியம் நினைத்து வீட்டைவிட்டு வெளியே புறப்பட்டுப் போகும்போது, எந்த எண்ணங்களும் இல்லாமல் வழிநடந்து குறித்த நேரத்திற்குள் போய்ச் சேர்ந்து அவ்விடத்திலுள்ள வேலைகளைப் பார்க்கும் போது மட்டும் மனத்தை அக்காரியங்களில் கவனமாக வைத்து இருப்போம். பின் அதற்கு வேண்டிய வேலைகள் எல்லாவற்றையும் செய்து முடித்து மறுபடியும் வீட்டிற்குத் திரும்பி வருவோம்.

அப்பொழுது என்ன வேலை செய்து முடித்தோமோ அல்லது அவ்வேலைகளைச் செய்யாமல் திரும்பி வந்தோமோ, அல்லது வேறு எந்த வேலையாவது அறிந்து கொண்டோமோ அதனை நினைக்காமல் இருக்கவேண்டும். மேலும் இரண்டாம் மந்திரங்களையும் சுவாசத்துடன் சேர்த்து உள்ளுக்குள் இழுக்கும்போது, வெற்றி கொண்டு வருவதே இராஜயோகம் என்று சொல்லப்படுகிறது. உபநிடதங்களும், பெரியோர்களும் சொல்லுவதும் இதுவேயாகும். இப்படிப்பட்ட மகா இரகசியத்தை உங்களுக்கு இதன் மூலம் தெளிவாக்குகிறோம்.

பிரபஞ்சத்திலுள்ள உயிர்களின் மனத்தை எல்லாம் எதுவும் நினையாமல் அமைதியாக இருக்கச் செய்யவேண்டும், அவ்வாறு இருக்காமல் அதற்கு நேர்மாறாக இருந்து, மனத்தின் போக்கிற்கு ஏற்றபடி நடக்கின்றது. எவ்வாறு எனில், ஏதாவது ஒரு காரியத்தை வீட்டை விட்டு வெளியில் கிளம்பியவுடன் தண்ணீரில் நீர்க்குமிழிகள் தோன்றித் தோன்றி எவ்வளவு சீக்கிரமாக மறைகின்றனவோ அதுபோல், நிமிடத்திற்குள் கணக்கற்ற எண்ணங்கள் தோன்றித் தோன்றி அப்போதே இமைக் கொட்டுவதற்குள் மறைந்து, மனம் வேறு காரியத்தில் ஈடுபட்டு ஓடி, அதையும் மறந்து மறுபடியும் வெவ்வேறு காரியங்களில் யோசனை செய்து கொண்டே இருக்கும். இவ்வாறு தான் குறித்த இடம்போய் சேர்வதற்குள் பலவிதமான யோசனைகள் தோன்றித்தோன்றி அக்கணமே மறைந்து மறுபடியும் அந்த ஞாபகம் இல்லாமல் பூர்த்தியாக மறந்து விடுகிறது.

பிரபஞ்சத்திலுள்ள உயிர்களின் மனத்தை எல்லாம் இந்நிலையே எப்பொழுதும் உண்டாகிக் கொண்டே இருக்கும். இப்படிப்பட்ட மனத்தை எப்பொழுதும் அடக்கியிருக்க வேண்டுமென்றால், சாதாரணமான மக்கள் அவரவர்களின் வேலைகளை முடித்து, நிம்மதியடைய இரவு பதினொரு மணியாகும்.

அதற்குமேல் விழித்து மூன்று மணிக்குள் எழுந்திருக்க வேண்டும். இதனிடையே நித்திரையில் இருக்கும் போது நாலுமணி நேரம் மட்டுமே இந்தப்பாழான மனம் நித்திரையில் அடங்கியிருக்கும். அச்சமயத்திலும் மனம் கனவினைக் காணத் தொடங்கும்.

கனவில் தன் வீட்டில் திருடர்கள் வீட்டிலுள்ள பொருட்களைக் கொண்டு போனாலும், தன் மீது பாம்பு ஏறினாலும், தன் உடலில் துணிகள் இல்லாமல் போனாலும், தனக்குத் தெரியாமல் தன்னைத்தான் மறந்து நித்திரை செய்கின்றான். அப்படிப்பட்ட சமயத்தில் மனக்கண் நினைவுகளின் மூலமாக அறிந்து எதையும் பார்ப்பதில்லை.

அப்படியிருக்கும்போது இரவு நித்திரையில் மனம் வெளியில் சென்று திரிந்து தான் இரவு நித்திரையில் கண்ட பொருட்களை எல்லாம் காலையில் அம்மனம் எவ்விதமாகச் சொல்லுகின்றதோ, அதனையே நினைத்துக் கனவில் கண்டவற்றை மறுபடியும் ஞாபகத்திற்குக் கொண்டு வரும்படிச் செய்கின்றான். அதனால் மனமும் தான் கண்டவற்றை எல்லாம் எடுத்துக் காட்டுகின்றது.

இம்மனம் ஒவ்வொரு சமயத்தில் கனவே இல்லாமல் அடங்கியிருக்கும். அப்படி அடங்கியிருப்பதே 'சுழுத்தி' – என்பர். அதாவது மனத்திற்கு இந்தச் சுழுத்திய தன்மையை அடைந்து இருப்பதே 'சமாதிநிலை' – என்று சொல்லப்படுகிறது. இந்தச் சமாதிநிலையில் காணப்படும் தன்மையே யோக திருட்டி எனவும் கூறப்படுகிறது.

இப்படிப்பட்ட சமாதியில் மனம் ஈடுபடாமல் இருப்பது, 'பிரளயகாலம்' வந்தபோது பிரபஞ்சம் எல்லாம் எவ்விதமாகத் தண்ணீரில் மூழ்கி விடுகின்றனவோ, அதுபோல் பிரபஞ்சத்திலுள்ள அனைத்து உயிர்களின் மனத்தில் எல்லாம் இரவு நித்திரையில் நாலுமணி நேரம் நித்திரையில் இருந்து நித்திரை விட்டு எழுந்தவுடன் மறுபடியும் இரவு நித்திரை செய்யும் வரையில் மனமானது எத்தனை எண்ணங்களை எண்ணிக் கொண்டிருக்கும். அப்படி எண்ணிய எண்ணங்கள் எல்லாம் ஞாபகத்தில் இருக்காது. ஆனால் அவர்களுக்கு எது முக்கியமான தகவலோ, அதுமட்டுமே ஞாபகமிருக்கும். மற்றவற்றை மறந்துவிடும்.

மனம் எப்படி நிமிடத்திற்குள் நினைத்து உடனே மறந்து விடுகின்றதோ, அதேபோல் பிரபஞ்சத்திலுள்ள உயிர்களின் மனத்தை எல்லாம் மாயையால் கட்டுப்பட்டு அவை நிமிடத்திற்குள் அழிந்து போகும் தேகமாகும். வெகுகாலங்கள் இருப்பதாக எண்ணி, அதிகத் துன்பங்களை அடைந்து, நல்வழியிலும், துன்மார்க்க விருத்தியிலும் திரவியம் சம்பாதித்து இப்போதுள்ள ஆண், பெண் பிள்ளைகளுக்குச் சொத்துகளைச் சேகரித்துக் கொண்டே வரவர, ஆயுத்தமாக இருக்கின்றனர்.

இவ்வாறு இருந்தபோதிலும் திடீரென ஏதோ ஒரு வியாதிக்கு ஆட்பட்டு, இவ்வுயிர் இவ்வுடலை விட்டுப் பிரிந்து வேறொரு உடலுக்குப் போய் பிரவேசித்து மறுபிறப்பை எடுக்கின்றது. அங்குச் சிலநாட்களிலிருந்து அந்தப் பிறப்பில் புதியதாய் வரும் ஆண், பெண்பிள்ளைகளுக்கு மறுபடியும் தினம் சம்பாதித்து வைத்து, மறுபடியும் மரணமடைந்து வேறு உடலுக்குப் போய் மறுபடியும் அங்குள்ள ஆண், பெண்பிள்ளை களுக்குச் சொத்துச் சேர்த்து வைத்து இப்படியாகப் பல பிறவிகளை எடுத்து பெண்பிள்ளைகளின் மேல் அதிகப் பற்றுக் கொள்வதனால் பிறவி அதிகரித்துக் கொண்டே வருகின்றன.

கடவுள் ஆண், பெண்களை இப்படிப்பட்ட ஆசையைத் தூண்டி அவர்களைச் சூத்திரதாரியைப் போல் இருந்து ஆட்டி அவர்களின் கூத்துகளை எல்லாம் பார்த்துக் கொண்டு வருகின்றான். ஆதலால் இந்தக் கடவுள் மாயைக்கு உட்படாமல் தப்பித்துக் கொள்ளும் பொருட்டே இந்நூல் எழுதப்பட்டது. ஆண், பெண்களுக்குக் கடவுளால் மறைக்கப் பட்டிருக்கும் மாயையை நீக்க, இந்நூல் ஒன்றே போதுமானதாக இருக்கின்றது.

இந்நூலைப் படித்து இதில் கூறிய உபதேசத்தைச் சதாகாலமும் அப்படியே யோசித்து வந்தால், மேலான ஞானத்தைப் பெறப் பாத்திரமாவார்கள். ஆதலால் இதனடியில் சொல்லப் போகும் இரண்டு மந்திரங்களைப் பரிசீலித்து வந்தால் உங்கள் மனம் வெளியில் ஓடாமல் நின்றால், இச்சுவாசப் பயிற்சியை எக்காலமும் செய்து கொண்டே வரவேண்டும்.

ஒரு காரியமாக வெளியே செல்லும்போது அங்குமிங்கும் பார்க்காமல் சாலையில் வண்டிகளின் பயமில்லாமல் இருக்க வேண்டும். அதற்காக வலக்கை ஓரமாகச் சென்று தலைகுனிந்து தன்பாத பெருவிரலிலிருந்து மூன்றடி தூரத்தில் பார்வையை வைத்துப் பார்த்துக் கொண்டே செல்லவேண்டும்.

அச்சமயம் சுவாசம் மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாகப் பிரவேசிக்கும்போது, அந்தச் சுவாசத்துடன் கூடவே 'ஸோ'

என்று சொல்லாமல் மனத்தினால் நினைத்து சுவாசத்தை உள்ளிழுத்து மறுபடியும் சுவாசம் வெளியே வரும்போது அதனுடன் கூடவே 'ஹம்' என்ற மந்திரத்தைச் சேர்த்து வெளியில் விடவேண்டும். இவ்வாறு ஒவ்வொரு மூச்சு உள் செல்லும்போதும், வெளிவரும்போதும் இவ்விரண்டு மந்திரங்களைச் சேர்த்துச் செய்து கொண்டே வழியில் நடக்க வேண்டும்.

இவ்விதமாக எப்பொழுதும் அதாவது நடக்கும் போதும், இருக்கும் போதும், படுக்கும் போதும், மலசலம் கழிக்கும் போதும், பேசுகின்ற போதும், எந்த நேரமும் இதை அனுசரித்து வந்தால் மனம் வசமாகும். இந்தச் சுவாசம் நிமிடத்திற்கு 15 முறை நடக்கின்றது. இப்படி நாள் ஒன்றிற்கு 24 மணி நேரத்திற்குள் இருபத்தோராயிரத்து அறுநூறு முறை சுவாசங்கள் நடந்து கொண்டிருக்கும். இப்படிப்பட்ட மகாரகசியத்தின் அம்சமான சூத்திரமாகிய சுவாசத்தை வீணாகச் செலவழிக்காமல் மேற்சொல்லிய இரண்டு மந்திரங்களைச் சேர்த்து நடத்தவேண்டும். இப்படி நடத்தும்போது அதனை 'இராஜயோகம்' – என்று சொல்வார்கள்.

இந்த இராஜயோகத்தை எல்லாச் சாதியினரும், குடும்பத்திலுள்ள ஆண், பெண் அனைவரும் அனுசரித்து வர, இந்நூல் வழிகாட்டியாக எழுதப்பட்டுள்ளது.

8. மௌனம் எது? சமாதி எது?

பிரம்ம ஞானிகளுக்குச் சர்வ வாசனைகளும் சூனியமாகும். மௌனத்தை விட உயர்ந்தது யாதொன்றும் இல்லை. மௌனம் என்றால் பிரபஞ்ச தர்மசம்பந்தங்களை விட்டுச் சகல சங்கல்பங்களையும் ஒழித்து பிரம்ம சொரூபனாயிருக்கப் பட்டவனுக்கு ஆனந்தத்தைக் கொடுக்கும். இந்த மௌனமே 'தியானம்' – என்று சொல்லப்படும்.

மௌனம் என்றால் யாருடனும் பேசாமல் வாய்மூடிக் கொண்டிருப்பது அன்று. மனத்தை வெளியில் விடாமல் நிறுத்துவதே மௌனம் ஆகும்.

'பால்யம்' – என்றால் சிரவணம். 'பாண்டித்தியம்' – என்றால் மனனம். 'மௌனம்' – என்றால் நிதித்தியாசனம், இம்மூன்றையும் விட்டுத் தன்னைத் தான் மறந்து பிரம்ம சொரூபியாக இருப்பதே மௌனம்.

கடாகாசம், மஹாகாசம் ஊகமாவது போல் ஆத்மாவே பரப்பிரம்மம் என்றும், பரப்பிரம்மமே 'ஆத்மா' – என்றும் ஐக்கிய பாவத்தை அடைந்து, ஆத்ம சொரூபியாகிய, நீயே பிரம்மமென்று நிச்சயித்துச் சகல எண்ணங்களையும் மறந்து கல்சிலை வடிவமாய் ஆனந்தப்படுவதே மௌனமாகும்.

வாசனைத் திரவியங்களும், மோட்சத்தின் இச்சையும் விட்டு, உலகம் அனைத்தும் 'அசத்தியம்' – என்றும், 'பிரம்மமே சத்தியம்' – என்றும், பிரம்மத்தைத் தியானிக்க வேண்டும். பிறகு அந்தத் தியானத்தையும் விட்டு மனோ புத்திகள் இரண்டையும் சஞ்சலமில்லாமல், அசையாமல், திடமாக நிறுத்தி, இருதயத்திலிருக்கும் காமக் குரோதாதிகளாகிய அழுக்குகளை எல்லாம் நீக்கி, மனத்தை நிர்மலமாகச் செய்து கொண்டு அந்தப் பரப்பிரம்மமே நானென்றும், நானே சர்வமென்றும் மௌனமாகவும், அமைதியாகவும் இருப்பதே பரமசுகம்.

ஆத்ம சொரூபியாகிய நானே பிரம்மமென்று ஐக்கிய பாவத்தில் திடமாய் நின்று, சகலமனோ விருத்திகளும், சூனியமாய் எந்த எண்ணங்களும் இல்லாமல் கண்களுக்குக் காணப்படும் சகல பொருட்களும், சகல எண்ணங்களும் மறந்து, தானே தானாகச் சக்தி மாந்தனாய் இருப்பதே சமாதியாகும்.

உ

குருவே துணை
ஹரி ஓம் நன்றாக வாழ்க

குரு மொழி விவரம்

பரமேசுவரரைத் திருமுகம் நோக்கிப் பார்வதியம்மன் கேட்கும் விதம்

சுவாமி வாக்கினாலே நான்கு வேதம், ஆறு சாத்திரம், பதினெண் புராணம், பஞ்சாங்கம் மற்ற பல சாத்திரத்தினால் விவரித்து சொல்லாமல் நினைத்தப்படி ஒரு காரியம் சொல்ல சாத்திரம் உண்டோ ? என்று பரமேசுவரரைப் பார்த்துப் பார்வதி கேட்க, பரமேசுவரர் திருவாய்மொழிந்து சொல்லுதல். கேள் பெண்ணே !

பரம இரகசியமான சர சாத்திரம் உண்டு. அந்தச் சாத்திரம் நினைத்தபோது சகல காரியமும் சொல்லலாம். அந்தச் சாத்திரத்தைச் சொல்கிறேன் கேள். சரம் பார்ப்பது சிவத் தியானம் இடைவிடாமல் குரு பாதத்தில் நினைவையும், மனத்தையும் வைத்துச் சர நிலையறிந்து பார்த்தால் இடகலையாவது, இடது புறமாகும். இது சந்திரன். இது பெண். இது அமிர்தம். இதன் நிறம் கறுப்பு. இதன் இராசி திரராசி என்றும் பேராகும்.

பின் கலையாவது வலப்புறம். அதன் குறியன் ஆண். இதன் நிறம் வெள்ளை. இது சரராசிஎன்று பேராகும். உபயம் இரண்டிலும் ஓடுகிறது. சுழிமுனை என்பர். இது அக்கினி. நிறம் சிவப்பு. இதனை உபயராசி என்று அறியவும்.

சுழிமுனை அறிதல்

சுழிமுனையாவது இடகலைக்கும், பின் கலைக்கும் நடுவே நிற்கும். இது மூலநாடி என்றும், இது பிராணவாயு

மூலாதாரம் தொடங்கி, பிரமாந்திரம் மட்டும் ஊடுருவி, அஞ்சுரு வாணி போல் இயங்கும். எழுபத்தாறாயிரம் நாடி நரம்பிலும் 96 தத்துவத்திலும் தட்டாமல் சூட்சாதி சூட்சமாய் இயங்கும்.

மனம், நினைவு அறிவினால் குருவருளைப் பற்றி அறியவேண்டும். இவற்றுக்கெல்லாம் ரேசகமான வாயுவை விடுவதாகும். பூரகமாவது வாயுவை உள்ளே வாங்குவதாகும். கும்பகமாவது வாயுவைப் பரிபூரணத்தில் அறிவினால் உள்ளே நிறுத்துவதாகும். தடாகமாவது வாயுவைப் பரிபூரணத்தில் அறிவினால் சமதானம் செய்வதாகும்.

இந்த நான்கு வகைப் பிரமாணம் சதிராய் கைவந்த சிவஞான யோகிகளுக்குத் தெரிவதோடு அல்லாமல் மற்ற தேவர்கள், மானிடர்களாலேயும் விளக்கமுடியாது. அந்தப் பரப்பிரம்ம மார்க்க சிவத்தின் விவரம் சொல்லக் கேள்.

சந்திர பலன்

சந்திரன் பலன் உதயமாகையில் ஆடை உடுக்கவும், ஆபரணம் தரிக்கவும், விவாகம் செய்யவும், அடிமைக் கொள்ளவும், கிணறு வெட்டவும், மனை கட்டவும் குடிபுகுவதும், வித்துக் கட்டவும், வேலை செய்யவும், மன்னரைக் காணவும், உண்மை சொல்லவும், சாந்தி பண்ணவும், பிரதிஷ்டை செய்யவும், சரம் தவிர்க்கவும், வெப்புத் தீர்க்கவும், வித்தைக் கற்கவும், தனம் புதைக்கவும், கடன் கொடுக்கவும் முதலானவை நன்மையான காரியம் சந்திரனில் செய்து முடிக்க வெற்றியாகும்.

சூரியபலன்

சூரியன் உதயமாகும்போது, உபதேசம் கேட்கவும், கொடுக்கல் வாங்கல் செய்யவும், படையெடுக்கவும், பலிக் கொடுக்கவும், பண்ட பாத்திரங்கள் செய்யவும் – வாங்கவும், சூதாடவும், வழக்குத் தொடுக்கவும், கீதம் பாடவும் எழுதவும், கரி பரியில் ஏறவும், தேன்கலந்த சொற்களைச் சொல்லவும், பகை

முடிக்கவும், பேய் பிசாசு தீர்க்கவும், மந்திரங்கள் உச்சரிக்கவும், மருந்துண்ணவும், உறங்க, குளிக்க, குலவையிட அவை போன்ற கூறுகளைத் தீர்க்கவும், முப்போகம் செய்யவும், ஜலத் தர்ப்பணம் செய்யவும், வெள்ளாமை செய்யவும் நன்றாக அமையும்.

உபயசரம் இயங்கும் பலன்

உபயசரமாவது, இரண்டு புறத்திலும் இயங்குவதாகும். இதில் ஒரு காரியமும் செய்யக் கூடாது. சூனியகாலமாகத் திகழும். ஆகையால் ஒன்றும் செய்யாமல் இருக்கவேண்டும்.

ஒரு காரியம் பலிக்குமோ, பலிக்காதோ என்றால் சந்திரனில் பலிக்கும். சூரியனில் பலிக்காது. சந்திரனில் சிதறி ஓடினால் நாள் செல்லும். சந்திரன் அடைப்பட்டால் பலிக்காது என்பதை அறியவேண்டும்.

சந்திரக்காலம்

யாத்திரை போவதற்குச் சந்திரனுக்குக் கிழக்கும், வடக்கும் போகக் கூடாது. சூரியனுக்குத் தெற்கும் மேற்கும் போகக் கூடாது. அதனை மீறிப் போகும் போது பயமுண்டாகும். இதற்குச் சந்திரன் என்றால் தெற்கில் மேற்கில் போகவும். சூரியன் என்றால் கிழக்கும் வடக்கும் போகவும்.

இது தவிர, அவசரமான காரியங்களுக்குப் போக வேண்டுமானால் சந்திரனில் அந்தச் சரமேற வாங்கி மூன்றடி முன்னே வைத்துப் போகவும். யாத்திரைப் போகவும், தீர்ப்புக்குப் போகவும் தெற்குப் போகலாம். சனிக்கும், வியாழனுக்கும் ஓடுகின்ற பாகத்தில் கால் முன்னால் மூன்றடி வைத்துச் சரம் ஏற வாங்கித் தெற்கே போகவும்.

சூரியக் காலம்

திங்கள், வெள்ளி காலங்களில் பாகத்துக் கால் முன்பட நான்கு அடி வைத்துச் சரமேற வாங்கி வடக்கே செல்லவும். புதன்

செவ்வாய்க்கு முன்போன்று ஏற வாங்கி இரண்டடி வைத்துக் கிழக்கே செல்லவும்.

போர் புரிய சரம் பார்த்தல்

சந்திரனில் கச்சைக் கட்டிச் சூரியனில் போருக்குப் புறப்பட வெற்றியாகும். இயங்கும் திசையில் தானின்று கொண்டு இயங்காத திசையில் மற்றவனை நிறுத்தி வெட்ட வெல்லும். மாறாக, இயங்கும் திசையில் நின்று வெட்டத் தனக்கு வெட்டப்படும் என அறியவும். தான் இயங்காத திசையில் நின்று வெட்ட பக்கவெட்டுப்படும்.

வைத்தியம் செய்யக் குறி

வைத்தியம் செய்பவர் போகும் போது காயம், படுகுறி சொல்வது பிரதிவிக்கு முதுகு, அப்புவுக்குக் கால், அக்கினிக்கு மார்பு, வாய்வுக்குக் கை, ஆகாயத்துக்குத் தலை. இப்படி ஐந்து பூதமும் நிற்பதை அறிந்து செல்லவும். கெட்டவனுக்கு இன்னவிடத்தில் காயம் படுமென்றும் கூறலாம். இவற்றிற்கு மேல் பிரதானம் சந்திரனுக்கு இடப்புறம் என்றும், சூரியனுக்கு வலப்புறம் என்றும், ஆகாயத்துக்குப் படுவான் என்றும் சொல்லலாம்.

யாரொருவன் கெட்டவனெனக் குறிப்பறிதல்

ஒருவன் கெட்டவன் என்றும், நஞ்சுத் தின்றான் என்றும், சொன்னபடி நடந்தால் சூனியமாகில் பலிக்கும். பூரணமாகில் பலிக்காது.

பஞ்ச பூதங்கள் இயங்கும் வகையறியும் முறை

பிரதிவியோடும் போது மூக்குத் தண்டைத் தட்டியோடும், தேய்வு ஓடும் போது மேல் விழும்பைத் தட்டியோடும், வாய்வு ஓடும் போது பக்கத்து விழும்பைத் தட்டி ஓடும். ஆகாசம் ஓடும் போது ஒன்றிலும் தட்டாமல் ஓடும் என அறியலாம்.

பஞ்ச பூத நிறமறிதல்

பிரதிவி – பொன் நிறம். இதன் கோணம் நான்குச் சதுரம். நீளம் 12 விரல் கடையோடும்.

அப்புவு – வெண்மை நிறம். பிறை போலிருக்கும். துவர்ப்புண்டு. இதன் நீளம் 16 விரல் கடையோடும்.

அக்கினி – சிவப்பு நிறம். முக்கோண வடிவம். காரத்தன்மை உடையது. 8 விரல் கடையோடும்.

வாய்வு – நீல நிறம். புளிப்புத் தன்மையுடையது. அறுகோண வடிவம். 6 விரல் கடையோடும்.

ஆகாசம் – புகை நிறம். வட்ட வடிவம். நாரதமில்லை. ஒரு விரல் கடையோடும். அப்படி ஐந்து பிரதானமும் இயங்கும் என அறியவும். இதில் பிரதிவியின் நிறம் நல்லது. அக்கினி, வாய்வு, ஆகாசமும் தீதாகும்.

ஆண், பெண் கொண்ட பிணி தீருமோ ?, தீராதோ ? என்று ஆண் கொண்ட பிணிக்கு ஆண் வந்து ஆண்களிடத்தில் கேட்டால் தீருமெனவும், பெண் கொண்ட பிணிக்குப் பெண் வந்து பெண்ணிடத்தில் கேட்டால் தீரும் என்றும், இவை இயங்கும், இயங்காத திசையில் வந்து நின்றால் நடந்தாலும், கிடந்தாலும் பெண் கேட்டப் பிணிக்கு ஆண்திசை இயங்குகின்ற திசையில் பெண் வந்து நின்றால் சிறிது நாட்கள் சென்று தீரும் எனவும்,

ஆரம்பத்தில் பெண் திசையில் வந்த ஆணுக்கு முன்போல் சொல்லவும். இதுக்குப் பெண்ணுக்குப் பெண்ணிடத்திலும், ஆணுக்கு ஆணிடத்திலும் சுத்தாங்கமாகத் தீரும்.

பிள்ளை நிறமறிதல்

ஐந்து பூதமும் இயங்குவது அறிந்து பூபோகம் செய்யும் போது எந்தப் பூதம் இயங்குமோ, அந்தப் பூதநிறமே கர்ப்ப

காலத்தில் விந்து தரிக்கும். அந்தப் பிள்ளைக்கு மந்த நிறம் அந்தக் குணமே உண்டாகுமென அறியவும்.

பிணி கொண்ட பேருக்குப் பஞ்ச பூதம் இயங்கும் குறிப்பறிதல்

பிரதிவிக்கு நாள் சென்று தீரும். அப்புக்குச் சீக்கீரமாகத் தீரும். தேயுவுக்கு மூன்று நாட்களில் தீரும். இதில் மீறினால் மூன்று நாட்களில் மரணம். வாய்வாகில் இரண்டு நாட்களில் தீரும். இதில் மீறினால் மரணம் ஆகாசமாகில் ஏழு நாட்களில் மரணம். உபயமானால் ஐந்து நாட்களில் மரணம். இது தப்பினால் மரணமில்லை என்று கேட்ட பேருக்கு வந்தறிந்து சொல்லவும்.

கர்ப்ப சோதனை

கற்பம் ஆணோ ?, பெண்ணோ ? – என்று கேட்டால் கேட்பவருக்கு இயங்கும் திசையாகில் பிள்ளையில்லை எனலாம். இதில் சிதறி ஓடினால் பிறந்தழியும் எனலாம். சந்திரன் என்றால் பெண், சூரியன் என்றால் ஆண் என்று சொல்லவும். பிறந்த பிள்ளை பிழைக்குமா ? என்று கேட்டால், பிள்ளைப் பிறந்த செய்தி யாரொருவன் வந்து கேட்கின்றானோ ? ஆண், பெண் பிறந்த செய்தியறிந்து ஆணுக்குச் சூரியனும், பெண்ணுக்குச் சந்திரனும் இயங்கும் போது ஸ்ரீ போகம் செய்யவேண்டும். இதில் ஆணுக்குச் சூரியனோடினால் ஆண் என்றும், சந்திரன் ஓடினால் பெண் என்றும் சொல்லவும்.

விசமறிதல்

விசமுண்டோ இல்லையோ ? என்றால் சூரியனாகில் விசம் என்றும், சந்திரனாகில் விசம் தீராது என்றும், இயங்கும் திசையில் வந்து இயங்காத் திசையில் வந்து கேட்டால் விசம் கடினம் என்றும் அறிந்து கூறவும்.

சர இயக்கம் அறிதல்

வெள்ளி, திங்கள், புதன் மூன்று நாட்களிலும் சந்திரன் இயங்க வேண்டும்.

வியாழனுக்கு அமரபட்சம், பூர்வபட்சம் இரண்டிலும் இயங்கும் வகையறிதல்

அமரபட்சத்தில் சூரியன் இயங்கவேண்டும். பூர்வ பட்சத்தில் சந்திரன் இயங்க வேண்டும். இவ்வாறு இயங்காவிட்டால் சரீரத்துக்குப் பயமும், வியாதியும் உண்டாகும். இதுமட்டுமின்றி ஞாயிற்றுக்குச் சந்திரனும், திங்களுக்குச் சூரியனும் ஓடினால் பயமுண்டாகும். இதன்படி ஏழு வாரமும் மாறி ஓடினால் மரணமுண்டாகும். இவ்வாறு இல்லாமல் ஞாயிற்றுக்குச் சூரியனும், திங்களுக்குச் சந்திரனும் ஓடினால் மிகவும் நல்லது.இப்படி ஏழு நாட்களும் தவறாமல் ஓடினால் ஆயுசுக் கூடும். நல்ல சிவயோகி சிவ ஞானியாக இருப்பான் என்று அறியவும்.

சரம் பார்த்து கிரிகை அறிதல்

சந்திரன் வீடாக இருந்து போசனம் செய்தால் உணவானது துவத்தல், காரத்தன்மையிலும் இருக்கும். சூரிய வீடாக இருந்தால் உணவானது நெய், பால், புளி, கரிப்பு முதலானவற்றை விட்டு விடவும். இப்படி சாப்பிடும் முன் முதலில் தண்ணீர் குடிக்காமல் பாதி வயிற்றுக்குச் சாதமும், கால் வயிற்றுக்குத் தண்ணீரும், கால் வயிற்றுக்கு வாயுப் பட்சணமும் மாறியோடும் போது இடக்கைக் கீழும் படுத்திருந்து சரீர சுத்தி செய்து கொண்டு ஒட்டியாணமும் தரித்துக்கொண்டு சரம் பார்த்தால் சிதறாமல் ஓடும். இப்படி நான்கு வகைக் காலமும் சிதறாமல் ஓடும்.

வயதை அறிதல்

ஒவ்வொரு கலையிலும் ஐந்து நாழிகைச் சரம் இயங்கும். இதில் ஒரு நாழிகைக் குறைந்தாலும் இருபது வயது குறையும்.

இதுமட்டும் அல்லாமல் சரம் உதிக்கும் போது ஸ்ரீபோகம் செய்தால் அந்த வேளையில் கர்ப்பம் தரிக்கும். பிள்ளைக்கு வயது குறையாது என்று அறியவும். கெடுதி வருமோ ? வராதோ ? என்றால் சந்திரன் எனில் வரும். சூரியன் எனில் வராது. சந்திரனில் இருந்து ஓடினால் கொஞ்சம் வந்து போகும். அடைப்பட்டால் வராது எனவும் அறியலாம்.

பக்கம் பதினைந்திற்கும் காலம் அறிதல் அமரபட்சம்

சூரிய உதயம் தொடங்கிப் பிரதமை முதல் பதினைந்து நாளும் சூரியன் இயங்க வேண்டும்.

பூர்வபட்சம்

சூரிய உதயம் தொடங்கிப் பிரதிமை முதல் காலம் பதினைந்து நாட்களும் சந்திரன் இயங்க வேண்டும். இவ்வாறு இயங்கினால் வியாதியும், கேடும் விளையும். மழை நாளிலும் அகப்படுவர் எனவும் அறியலாம்.

பஞ்சபூதம் சந்திரன் சூரியனில் இயங்கும் வகையறிதல்

பிரதிவிக்கு 1 1/2 நாழிகை (நிமிடம்)
அப்புவுக்கு 1 1/4 நாழிகை (நிமிடம்)
தேய்வுக்கு 1 நாழிகை (நிமிடம்)
வாய்வுக்கு 1 3/4 நாழிகை (நிமிடம்)
ஆகாசத்துக்கு 1 நாழிகை (நிமிடம்)

ஆக நாழிகையின் படி பிரதானத்தில் ஐந்து நாழிகையாகச் சந்திரன் கலையில் மூன்று மூன்று பிரகாரமாகப் பிரவேசிக்கும்.

பகலில் 6 பிரகாரமும், இரவில் 6 பிரகாரமும் ஓடும். இவ்வாறு இரவுபகலாக 12 பிரகாரமும் ஓடுவதற்கு ஐந்து

நாழிகைக்கு ஓர் இராசியாகப் பனிரெண்டு இராசியிலும் பனிரெண்டு இராசியும் பனிரெண்டு பிரகாரம் ஓடும். ஆக இரவுபகலாகக் கணக்கிட்டு 60 நாழிகையும் வெற்றி, தோல்விக் கணக்கிட்டுக் கூறமுடியும். வெல்வது யாரென்று கேட்டு வருபவர்களுக்கு இருவர் பேரின் எழுத்தைக் கணக்கிட்டுக் கொண்டு, குறைந்த எழுத்துப் போக உயர்ந்த எழுத்தை உடையவன் வெல்வான் என்று கூறமுடியும்.

நாளுக்கு ராசி இயங்கும் விதம்

மேசம் – 4 $^1/_2$ நாழிகை, ரிசபம் – 4 $^1/_4$ நாழிகை, மிதுனம் – 5 $^1/_2$ நாழிகை, கற்கடகம் – 5 $^1/_8$ நாழிகை, சிம்மம் – 5 $^1/_2$ நாழிகை, கன்னி – 5 நாழிகை, துலாம் – 5 நாழிகை, விருச்சிகம் – 5 $^1/_2$ நாழிகை, தனுசு – 5 $^1/_8$ நாழிகை, மகரம் – 5 $^1/_2$ நாழிகை, கும்பம் – 4 $^1/_{16}$ நாழிகை, மீனம் – 4 $^1/_2$ நாழிகை, இராபகம் 50 நாழிகையும் சரியாக இயங்கும் என்று அறியவேண்டும்.

யாத்திரை வேளை அறியும் முறை

செவ்வாய், வெள்ளி – காலமே இரசித வேளை.
ஞாயிறு, புதன், சனி – இம் மூன்று நாட்களும் தாமித காலம்.
திங்கள், வியாழன் – இரண்டு நாட்களும் சாந்தமான வேளை.

மற்ற நாட்களும், நாழிகையும் சாந்தமான வேளை. இப்படி மாறிமாறி வரும் என்பதை அறியவேண்டும்.

ஒருவன் எங்கே என்று கேட்பவர்கள் வந்தால்

பிரதிவியாகில் வீற்றிருப்பான்.
அப்புவாகில் முற்றத்தில் இருப்பான்.
தேயுவாகில் வருவான்.
வாயுவாகில் வீற்றிருப்பான்.
ஆகாயமாகில் மலை கடலுக்கு அப்பால் இருப்பான்.

வருவானோ ? வரமாட்டானோ ? என்று கேட்பவர்களுக்கு

பிரதிவியாகில் நிற்கிறான். அப்புவாகில் மீண்டும் வருவான். தேயுவாகில் வழிப் புறப்பட்டான். வாயுவாகில் ஊரில் இருப்பான். ஆகாயமாகில் ஒரு நாழிகைக்குள்ளே வருவானென்று சொல்லவும்.

மூவகை இராசியை அறியும் முறை

சூரியன் – சரராசி, சந்திரன் – இராசியின் இருபுறமும் ஓடும். அக்கினி – உபயராசி என்பதாகும்.

பஞ்ச பூதங்களும் இயங்கும் விதம் பிரதிவி

பிரதிவி இயங்கும் போது கோவில் கட்ட, பிரதிட்டை செய்ய, வீடுப்புக, ஆபரணம் வாங்க, பட்டம் கட்ட, முடிச் சூட்ட முதலான காரியம் மேற்கொள்ளவும் மாமரம் வைக்கவும் நன்றாகும்.

அப்பு

அப்பு இயங்கும் போது மலரி, வாவி, குளம், கிணறு, சோலை, யாத்திரை, உழுதல், கவி உரைக்க, மணம் செய்ய மிகவும் நன்றாகும்.

தேயு

கொடியது செய்ய, பிணி தீர்க்க நன்று.

வாய்வு

ஆனை, குதிரை தேரேறுதல் நன்று.

ஆகாயம்

அமைதியாக இருப்பது நன்று. இப்படி ஐந்து பிரதானமும் இயங்கும் வழியறிந்து செய்யவும்.

சரம் இயங்குவதை அறிதல்

ஆராதாரத்தை ஊடுருவினால் பிராண நாடியில் நாளொன்றுக்கு வாசி 21600 சுவாசமோடும். இதில் 16400 சுவாசம் உள்ளேயும், இதில் 7200 சுவாசம் வெளியேயும் இயங்கும். 16100 சுவாசம் சரீரத்தில் நின்று உபத்திரம் செய்து 12 அங்குலம் மாறுப்பட்டு 4 அங்குலம் புறம்பாகப் போகும்.

வாரப் பலன் அறிதல்

ஞாயிறு தப்பில் வியாதி
திங்கள் தப்பில் வலி, போக்குண்டாகும்.
செவ்வாய்த் தப்பில் சாவு நிகழும்.
புதன் தப்பில் கலகம்
வியாழன் தப்பில் இராசாவுக்குத் துன்பம்.
வெள்ளி தப்பில் ஊர் விட்டுப் போகும் நிலை ஏற்படும்.
சனி தப்பில் பஞ்சம் உண்டாகும்.

ஒரு காரியம் பொய்யா அல்லது உண்மையா என அறிதல்

சந்திரன் என்றால் பொய், சூரியன் என்றால் மெய் என்று அறியவும்.

காலமறிதல்

சூரியன் ஒரு நாள் ஓடினால் மூன்று வருடத்தில் மரணம். இருபுறத்திலும் மாறாமல் பத்து நாழிகை இரவும் பகலும் ஓடினால் ஆறு மாதத்தில் மரணம். மூன்று நாட்கள் ஒரே பக்கமாக

ஓடினால் ஒரு வருடத்தில் மரணம், வாயினால் ஓடினால் இரண்டு நாட்களில் மரணம். எக்காலமும் இரவு முப்பதும் சந்திரனிலும் இயங்கினால், பகல் முப்பதும் சூரியனிலும் மாறாமல் இயங்கினால் நல்ல சிவயோகியாவான். ஒரு புறத்தில் ஆறு நாட்கள் ஓடினால் ஆறு மாதத்தில் மரணம், பத்து நாள் ஓடினால் முப்பத்து இரணடு நாளில் மரணம்.

சூரிய தரிசனம்

காற்று அடிக்காத போது மதியத்தில் சூரியனை நோக்கிப் பார்த்து நிலத்திலே குழிவெட்டி குழியில் உமிழ்ந்து அதைப் பார்த்தால் 'பஞ்ச வர்ணம்' – தோன்றி வில் போல் கண்டால் வியாதியும் சாவும் அவ்வாண்டிலிருந்து மூன்று வருடத்திற்கும் இல்லை. முறிந்து வில்லாய் தோன்றினால் பத்தாண்டில் சாவு. அந்த முறிந்த வில்லில் ஒரு பெண் சொரூபம் தோன்றினால் ஆறாம் பிறையில் சாவு உண்டாகும்.

சந்திர தரிசனம்

பூர்ண சந்திரனில் காற்றடிக்காத வேளையில் செப்பு சட்டியில் பசுவின் நெய் விட்டு அதனுள் சந்திரனைப் பார்த்தால் சாதாரணமாகத் தெரிந்தால் ஆயுசு உண்டு. சிவப்பாகில் வாழ்வு உண்டு. பச்சையாகில் வியாதியுண்டு. பொன் நிறமாக இருந்தால் கேடு உண்டு. கறுப்பாகில் சாவு உண்டு. இதுபோல் இன்னொரு முறையும் உண்டு. மதியும் குறைந்தால் ஆறு பிறையில் மரணம். வடக்கு, தெற்கு மதியானத்தில் குறைந்தால் மூன்று பிறையில் மரணம். தெற்கு மதியத்தில் குறைந்தால் ஆறு பிறையில் மரணம். கிழக்கு மதியத்தில் குறைந்தால் இரண்டு பிறையில் மரணம். நடுவில் குறைந்து பள்ளமாக இருந்தால் ஒரு பிறையில் மரணம்.

சர சாத்திரம்

உச்சித் துடிக்கும் போது அவ்வாண்டில் மரணம்.
கண்டம் துடிக்கும் போது இரண்டாண்டில் மரணம்.

புயந்துடிக்கும் போது ஆறு திங்களில் மரணம்.
கன்னம் விடாமல் துடிக்கும் போது மூன்று திங்களில் மரணம்.
இடக் கன்னம் துடிக்கும் போது தூரத்திலிருந்து வருவார்.
வலக் கன்னம் துடிக்கும் போது விருந்து வரும்.
உருத் தெரியாமல் கண்ணொளி மயங்கில் மூன்று நாளில் மரணம்.

கனவின் குறி

தென்திசையிலிருந்து இரதம் வரக் கண்டால் மூன்றாண்டில் மரணம்.

அருந்ததி தெரியாமல் இருந்தாலும், தன் மூக்கின் முனைத் தெரியாமல் இருந்தாலும் ஒரு மண்டலத்தில் மரணம். இதழ் நாக்கிற்கு இடப்புறம் எரிச்சல் கண்டால் ஆறு மாதத்தில் மரணம். உதடு, நாக்கு, பல், தாது இவை கருத்துப்போனால் ஆறு மாதத்தில் மரணம்.

சிறுத்த இடைப் பருத்து, மார்பும் பருத்தால் சிறிது நாட்களில் மரணம். தண்ணீர், கண்ணாடி, நெய் இதில் தன் சிரசு தெரியாமல் இருந்தால் சிற்சில நாளில் மரணம்.

மகுடம் கையினால் செவியை மூடி வாக்கியங்கள் உரைத்தாலும் கேட்காமல் இருந்தாலும், பருத்த உடல் சிறுத்தாலும் ஒரு மாதத்தில் மரணம் அடைவான். தன் நிழல் தெற்குச் சாய்ந்தாலும், தன் நிழல் தெரியாமல் இருந்தாலும் ஒரு மண்டலமான 48 நாட்களில் மரணம்.

குருபுத்திரனுக்குச் சித்தியாவும் கனவின் குறி

பேய், பூதம், இராட்சதர், கருங்காகம், குரங்கு, புலி, கரடி, செந்நாய் இவை கனவில் தினசரி வந்தால் நல்ல பக்குவமான 60, 70, 80 தில் மரணம். எண்ணெய்த் தேய்க்கவும், முடிக்

கத்தரிக்கவும், தென் திசையிலிருந்து ஒருவன் ஓலைக் கொண்டு வந்து அழைத்துப் போகக் கண்டால் ஒரு திங்களில் மரணம்.

கல்யாணம் செய்யவும், கருமேனி உடையவனாகவும், கருங்காவி, தடி வைத்திருத்தல், கரம் கூப்பிட, தலையில் முண்டாசுக் கட்டியிருத்தாலும் இவர்கள் யாரேனும் வந்து அழைத்தால் ஒரு மண்டலத்தில் மரணம் உண்டாகும்.

கைக்கொண்டு தன் தலையில் கைவைத்து ஒருவர் பேசுவதைக் கேட்காமல் போனால் அந்த மாதத்தில் மரணம்.

வாரப்பலன்

திங்கள், புதன், வெள்ளி ஆகிய மூன்று நாளும் சந்திரன் இயங்க வேண்டும். சனி, செவ்வாய், ஞாயிறு ஆகிய மூன்று நாளும் காலையில் சூரியன் இயங்க வேண்டும். வியாழனுக்கும், பூர்வ பட்சத்திற்கும், அமரபட்சத்திற்கும் சந்திரன் சூரியன் இரண்டிலும் இயங்கவேண்டும். பூர்வ பட்சத்திற்குச் சந்திரன் இயங்கவேண்டும். அமரபட்சத்திற்குச் சந்திரன் இயங்கவேண்டும்.

உ

II. அகத்திய‌ர் ஞான சரநூல்

சு. எண். 1879

உமையவளுக்குச் சங்கரனார் திருவுளம் மகிழ்ந்து அருளியது

காப்பு

நேரிசை வெண்பா

வாழ்த்துவாம் உள்ளம் வருவிப்பாம் நெஞ்சம் முன்பின்
சூழ்ந்துவா மேன்மேல் துதிசெய்வாய் – தாழ்ந்த
பாநூலை முற்றும் அறப்பாலித்து அருள்கூட்டும்
சரநூலை ஓத முன்னோன் நாள்.

நாமகள் துதி

உமைமாதுக்கு யீசன் உரைத்த சரநூலில்
அமையாய்ப் பொருளும் அமையும் – எமையாளும்
புவிமடந்தை பூமடந்தை போதமெஞ்ஞானக்
கவிமடந்தை இக்கலைக் காப்பு.

அவையடக்கம்

செய்ய மனந்துணிந்த சீர்முன்னோர் சொற்சரநூலை
ஐயம்அற ஓதஅருள் புரிஐங்கையர் என்முன்
முன்னில் பார்என்று மொழிந்தேன் போல்கற்று உணர்ந்தோர்
மன்னிப்பார் என்று மனு.

இந்நூற்பயன்.

ஆசிரியவிருத்தம்

சந்திரபானி லக்கனமும் கோளும்நாளும்
தயங்கிய பக்கம்கரணமி யோகம்வாரம்
வந்துசொல்லும் சோதிடத்தை அறியா தார்கண்
மன நினைவாய் அறியும்வகை உளதோஎன்ன
இந்தஉடல் உயிர்நிலையை அறியா தாரும்
யாம் அறிய இயம்பும்வகை யாதோவென்னில்
பைந்தொடியே யாம்சொல்லும் சரநூல் தன்னைப்
பரிந்துநீ பாரென்று பரமன்சொல்வான். 1

(இ. ள்) சந்திரன், சூரியன், கோள், நாள், பட்சம், கரணம், யோகம், வாரம் – இவை முதலாகச் சொல்லப்பட்ட சோதிட விளக்கத்தை அறியாதவர்கள், தத்தம் மனநினைவினாலே அறிந்துகொள்ளும் மார்க்கம் உள்ளவரையும் அருள வேண்டும் என்று உமையவள் கேட்க, சிவபெருமான் கூறியது. அழகிய வளையல்களை அணிந்த கைகளையுடைய பெண்ணே யான் சொல்லும் சரநூலின் சாத்திரத்தைப் பார்த்தாலும் நன்றாக அறிந்து கொள்வார்கள் – என்று சொல்லுகிறார் – எ – று.

குறிப்பு – சரம் என்பது காற்று, மனம், உயிர், சுவாசம், மூச்சு, பிராணன், ஆவி, உயிர், உயிர்ப்பு இவை முதலாகச் சொல்லப்பட்டவையாகும்.

சொல்லாரு நெடுங்கயிற்றின் வருணமான சூத்திரனார்
துவக்குஎனும் ஆசிரமம் தன்னில்
நல்லாரு மூக்கணாங் கயிறுகொத்து நலந்தீங்காய்
மருவுகின்ற நஞ்சும் கொண்டு
பொல்லாத சாலப்பாம்பு உண்டு உமிழ்ந்து பூதலத்தில்
பிறந்துஇறந்து போவார் எனும்

எல்லாரும் சரநூல் தன்னை இகழாதார்
சுரர்க்கு அரி கழவோர் தாமே. 2

(இ. ள்) சொல்லப்பட்ட நான்குபுறங்களையும் கூடிய நீண்ட கயிற்றைப் போல் பரம்பரை விருத்தியாகிவராய் நின்ற பிரம்ம, சத்திரிய, வைசிய, சூத்திராதி, வருணாசிரமம் பெற்ற இந்த மானிடதேகத்தில் இருக்கின்ற நாசிகையின் வழியாய் நின்று எருதுக்கு ஒரு மூக்கணாங்கயிற்றிலிருந்து ஆட்டுவிப்பது போல நன்மை தீமை என்னும் நஞ்சினை ஊட்டுவிக்கும். அப்படிப்பட்ட நஞ்சினையூட்டிக் கொண்டு கொடியகாலன் என்னும் பாம்பானது உண்ணவும் உமிழவுந்தான் உட்பட்டு இரு வினைக்கும் இசைந்தவராய்ப் பிறந்தும், இறந்தும் போவார்கள்.

ஆயினும் நான் சொல்லிவரும் சரநூலை இகழாமல் குருமுகச் சாத்திரத்தில் அறிந்து அனுபவித்து அந்நெறியினில் நிற்பவர்கள் யாராக இருப்பினும் ஒருங்கே தேவராவார்கள். அப்படி அறியாதவர்கள் ஊமைகளுக்குச் சமமாக மதிக்கப்படுவார்கள் என உரைக்கின்றார். – எ – று.

1. சரம்பார்க்க ஆசனவிதி

மூங்கில்பாய் மிடிகல்லும் நோய்மண்டுக்க முறிபலகை
நன்மையிலை முடைந்துபு ல்லு
நீங்கிவிடும் கீர்த்திதழை மனநடுக்க நிகரில்கலைத்
தோல்ஞான நிறைபு லித்தோல்
ஓங்கியசெல் வம்வீடு முன்குசைப்பு ஒளிர்தூசு
நன்மையுயர் படர்ந்தான் என்றும்
தூங்கியதூக்கம் போக்கு நன்மையாகத் துலங்கியவா
தனத்திருந்து தோகை சொல்வாம் 3

(இ. ள்) மூங்கில் அடுக்கு, வயிறு வெறுமை, கல்விக்கு அதிபதி ஆகியோர் ஆசனமில்லாமல் வெறும் மணலில் அமர்ந்து கொண்டாலும், தூக்கமின்மை அல்லது உடைந்த பலகையில்

அமர்ந்து இருந்தாலும் நன்மையில்லை. கோரைப்பாய்கள், புல்லில் அமர்ந்தால் புகழானது நாசமாகும்.

பச்சிலைத் தழைமுன் அமரச்சொன்னால் ஞானம் பிறக்கும். புலித்தோலில் அமர்ந்தால் செல்வம் பெருகும். வெள்ளைத் துணி நன்மையாகும். சித்தர் ஆசனம் அல்லது இரத்தினக் கம்பளத்தில் அமர்ந்தால் நன்மையை உண்டாக்கித் தரும். தர்ப்பாசனத்தில் அமர்ந்தாலும் மோட்சம் கிடைக்கும். இவற்றில் நன்மையானது விளங்கும் படியாக ஆசனத்திலிருந்து சரம் பார்க்கவேண்டும். மயில் போலுள்ள அழகிய பெண்ணே! மற்றும் சொல்லுகிறேன் – எ – று.

2. சரம் பார்க்க மார்க்கம்

சொல்லியவதனங்கள் பலசுவவற்றுள் நன்றில் துய்ய
பங்கயா தனமாயிருந்து தோன்றும்
அல்லல் அறுத்து ஏகமனம் ஆக்கி ஒட்டியான
பந்த பிராமணாயங்கள் பண்ணி
எல்லையில் உந்தியின்கீழாம் எழுத்தைப்
பத்துஈராயிரம் நாடியல் ஈர்ஐந்து
நல்லனவாய் அதின்மூன்று நாடியோடு
நலந்தரும்போர் அவ்வெழுத்தை நவ்விப் பாரே 4

(இ. ள்) முன் கூறப்பட்ட முறைகள் பலவுண்டு. அவற்றில் தீங்கில்லாத அங்கமாய் இருந்து பார்க்கும் போது மனத்துக்கு மிகவும் துன்பத்தைக் கொடுக்கக் கூடியதாகவும், நினைவினால் துன்பமும் வரும். அப்படிவரும் துன்பங்களை நீக்கி வேறு நினைவில்லாமல் ஒரே மனத்தாக்கி ஒட்டியாண பந்தமென்று சொல்லுகின்ற பிராணயாமம் செய்து, அதன்மேல் பார்த்தால் எல்லையில்லாத திருவருளுக்கு இடமாகிய உந்தியின் கீழிருக்கும் எழுத்தைத் தொடங்கி எழுபத்தாறாயிரம் நாடிகள் இந்த உடம்பில் இருப்பது தெரியும். அந்நாடிக்குள் பத்துநாடிகள் நல்லனவாகும். அதிலும் மூன்று நாடிகள் நல்லவை. அம்மூன்றின் வழியாகத் தான் சரத்தை எளிதில் காணமுடியும்.

இதையறியப் பெரியதாகிய நல்வினை அளிக்கும் எழுத்தைப் பார்க்க வேண்டும். – எ – று.

நல்விழியாய் இதயகமலம் தன்னில் நன்றாக வசவை
உயிர்நடக்கும் போதும்
செவ்வியுடன் மீளும்போது இருபத்தோராயிரத்து அறுநூறைச்
செபிக்கில் ஒரு நாளாகும்
அவ்விய மூலாதாரம் சுவாதிட்டானம் மணி
பூரம் நாகதம் விசுத்தி ஆக்கினை
அவ்வமறயாம் சொல்லும்சர நூற்றன்னைப் பார்ப்பவரே
பராபரத்தின் பயன்பார்ப்பாரே 5

(இ. ள்) மான் போன்ற விழிகளையுடைய பெண்ணே! இதயக் கமலத்தின் வழியாக ஊடுருவிக் கொண்டு யாதொரு தீங்கும் இல்லாமல் அசைவில் உயிரெனப்பட்ட இந்தச் சரம் நாழிகையின் வழியாகப் போகும். அப்போது 4 அங்குலங்கள் போக, மற்றவை நல்ல விதமாகத் திரும்பி வரும்போது கணித்துப் பார்த்தால் இருபத்தோராயிரத்து அறுநூறு முறை நடக்கும். அது 60 – நாழிகை சேர்ந்த ஒரு நாளாகும்.

இச்செயலானது மூலாதாரம், சுவாதிட்டானம், மணிப்பூரகம், அனாகதம், விசுத்தி, ஆக்கினை – எனப்பட்ட பரநிலையின் பரிசாகும். அங்கிருந்து தான் உண்டாகும் எனும் கருத்தானது சரநூலினை நன்கு ஆராய்ந்து பார்த்தாலே அறியமுடியும். இவ்வாறு பார்ப்பவர் பரமனாகவும் – அபரமாகவும் விளங்குகின்ற ஒரு வஸ்துவினால் உண்டாகின்ற சுவாசத்தினால் அறிந்து கொள்வார். எ – று.

3. சந்திரசூரியர் சுழிமுனை இலக்கணம் மற்றும் யாத்திரையின் பலன்

பார்க்கிலிடை யிடமதுவே திங்களாகும் பகலவனாம்
பின் கலையே வலமதாகும்
மேற்கவுரை சுழிமுனைதான் நடுவாம் அங்கிஇடை
ஆன சந்திரனே அமுதமாகும்

தீர்க்கமுடன் பொருள்விளையும் கரியவண்ணம் திர
ராசியாமவனே செப்புங்காலை
வேல்தடங்கண் மடமாதே விரும்பிக்கேளாய் விரிவாக
கவி யனைத்தும் விளங்கச்சொல்வோம் 6

(இ. ள்) ஆராய்ந்து பார்த்தால் 'இடகலை' – என்பது இடப்பக்க நாசியிலிருந்து வரும் சுவாசமாகும். இதனையே சந்திரகலை என்பர்.

வலப்பக்க நாசியிலிருந்து வரும் சுவாசம். 'சூரியகலை' – எனப்படும். யாவருக்கும் ஒரே சமயத்தில் வரும் காலத்தில் 'சுழிமுனை' – என்னும் நடுவாகும்.

அக்கினி எனப்படும் சந்திரனைச் சொல்லும்போது அமுதம் என்பர். எப்பொருட்களையும் உண்டாக்குபவன். கறுத்த நிறமுடையவன். இராசியில் திரராசி. வேல் போன்ற கண்களையுடைய பெண்ணே! மற்ற எல்லாவற்றிற்கும் விருப்பமுடையவன். அன்றியும் அச்சுழிமுனை இரண்டு நாசியிலும் பரவியோடும். இதற்குப் பூரணம் என்று கூறுவர். – எ– று.

இதுவுமது

சொல்லும்கால் கதிரவனும் சகவியாபி சுத்தநிறம்
வெண்மைசர ராசி ஆகும்
கொல்லுமெலாக் கருமங்கள் கொடியவன்னி கூறுங்கால்
நிறஞ்சிவப்பாம் உபய ராசி
நல்லவிடை தெரிந்துணர்கில் திங்கள் பெண்ணாம்
நலம்பயில்பின் கலைகதிரோன் புருடன் ஆக்கும்
செல்லும் இருபதின்காத வழிக்குஅப்பாலாம் திசைக்கு
இடமாய்ச் செலவலம் ஊர் சேரக்கேளே 7

(இ. ள்) சூரியனுடைய குணங்களைக் கூறும்போது அமுதச் சூரியன் உலகம் முழுவதும் பரவியிருப்பவன்.

பரிசுத்தமான வெண்மை நிறத்தை உடையவன். இராசியில் சரராசி. சுழிமுனை என்னும் அக்கினியானது சகல கருமங்களையும் அழிக்கும். பொல்லாத நிறமாகக் கருதப்படும் அக்கினிச் சிவப்பு இராசி. மேற்கூறிய இந்த இரண்டு இராசியும் கூடியதாகும்.

இடகலை என்று கூறப்பட்ட சந்திரன் பெண்பால். பிங்கலை என்று கூறப்பட்ட சூரியன் ஆண்பால். சுழிமுனை என்று கூறப்படும் அந்த உபயராசியானது அஃறிணைப் பால் அல்லது அலியாகும். அதுவுமில்லாமல் இருபது காதவழிக்கு மேற்பட்ட தொலைவான நாட்டிற்குப் போகும் போது சந்திரகலை ஓடும். புறப்பட்டுச் சூரியகலை ஓடும்போது வெளிநாடுகளுக்குப் போய் தங்குவான். இன்னமும் சொல்கிறேன் கேள்.

4. சந்திர லக்கனம் அதிலும் சந்திரன் நடக்கும்போது இன்னவை செய்ய வேண்டியது

கேட்கில்விடந் தூதாடையணி பொன்பூண்நல் கிளக்கும்
மணமடிமை கொளற்கீழ் நீர்கண்டால்
வாழ்க்கைமனை எடுத்தல்குடி புகுதல் விற்றல்
மன்னவரைக்காணல் உன்ன மருவல் சாந்தி
வேட்கைதெய்வப் பதிட்டைசுரம் வெறுப்புத் தீர்த்தல்
வித்தைபெற்றன அம்புவைத்தன் மிகவும்நீதன்
நாட்கமல மலர்முகத்தாய் நரகம்தீர்த்த னன்றேயாம்
இவை யெல்லாம் நயந்துபாரே 8

அன்று மலர்ந்த முகத்தினை உடைய பெண்ணே! சந்திரகலை இடது நாசியில் நடக்கும்போது எந்தெந்தக் காரியத்தைச் செய்யலாம் என்று கேட்டால் அந்த இடகலையில் ஒருவரைத் தூதாக அனுப்புதல், தானே தூதாகப் போகுதல், புதிய ஆடைகளை அணிதல், நகை ஆபரணங்களைப் போட்டுக் கொள்ளுதல், விவாகம் செய்து கொள்ளுதல், தாலிகட்டுதல், ஒருவரை அடிமையாகப் பெற்றுக் கொள்ளுதல், கிணறு, குளம்,

ஏரி வெட்டுதல், வாழும்படியான வீட்டுமனை வாங்குதல், குடிபுகுதல், ஒரு பிராணி (வஸ்து)யை விற்றல், பெரிய பதவியில் இருப்பவரைக் காணுதல், தனக்கு ஒருபடி மேம்பட்டவரையும் காணுதல், உண்மையாகிய வஸ்துவைச் சேருதல், சாந்தி கழித்தல், ஈடுபாடுடைய தெய்வத்திற்குக் கோயில் கட்டுதல், காய்ச்சல் தீர்த்தல், பகை நீக்குதல், ஒருவனைச் சமாதானம் செய்தல், கல்வியைக் கற்றுக் கொள்ளுதல், தனம் தானியம் முதலிய சொத்துகளைச் சேர்த்து கொள்ளுதல், பாவங்களைப் போக்கிக் கொள்ள தானம் செய்தல்– இவையெல்லாம் நன்மையாகும். மற்ற காரியங்கள் மத்திமம் என்றறிக.–எ– று.

5. சூரிய லக்கனம் அதிலும் சூரியன் நடக்கும்போது இன்னவை செய்ய வேண்டியது

பாக்கில்வலத்து உபதேசம் வித்தை சேவை
படையோட்டால் பயிர்செட்டுக் களவு சூது
பெர்க்கவொணா வழக்குரைத்தல் கரிபரிதேரூர்தல் அரங்கும்
எழுத்திடுதல் சங்கீதம் பாடல்
வார்த்தைபகை பங்கங்கோள் பசாசுதீர்த்தன் மந்திரம்
சாதித்த மருந்து உணல்உறங்கல்
கோத்தபுனலாடல் கொல் விடங்கடிதல் கொடும்பிணித்
தம்பனயோகம் குறிக்கும்காலே 9

வலதுநாசியில் சரம் ஓடும்போது செய்ய வேண்டியவை குரு உபதேசம் பெறுதல், தாம் ஒருவருக்கு உபதேசம் செய்தல், வித்தையைக் கற்றுக்கொள்ளுதல், வித்தையை மற்றவருக்குக் கற்றுக் கொடுத்தல், ஒருவரை வணங்குதல், எதிரியின் படையைத் துரத்துதல், பயிர் விளைவித்தல், வியாபாரம் செய்தல், திருடுதல், சூதாடுதல், ஒருவனுக்குத் தீர்க்கக் கூடிய வழக்குகளைப் பேசி முடித்தல், யானை, குதிரை, தேர் இவற்றில் சவாரி போகுதல், விளக்கமாக எழுத்தை எழுதுதல், சங்கீதம் பாடுதல், பேசத் தொடங்குதல், பகைமையை உண்டாக்குதல், ஒருவனை நாசம் செய்தல், கோள் சொல்லுதல், பேய், பிசாசு

ஒட்டுதல், மந்திர நிட்டை சாதித்தல், மருந்து சாப்பிடுதல், உணவு உண்ணுதல், நித்திரை செய்தல், குளியல் போடுதல், கொல்லுவதற்கு ஏதுவான செயல்களை நிவர்த்திச் செய்தல், கொடிய வியாதியைத் தீர்த்தல், தம்பனம், யோகாசனம் செய்தல் – இவை குறித்து அனுபவிக்கையில் நன்மை உண்டாகும். –எ.று.

6. சுழிமுனை பூரண சூனிய பலன்

காலிரண்டு மொத்தக்கால் சமாதிநன்றாம் கருதியது
ஒன்றுஆகாது காணும் எனில்காணா
சீலமிகுந்த தவமுடையாய் நன்மையில்லை தீயான
வாங்கருமம் சேரக் கூடும்
சாலநிறை பூரணத்தில் வழக்குவாது தர்க்கம்
போராங்கமன்னர் நன்மைக் காண்டன்
மூலமறும் சூனியத்தில் நிறுத்தில் வெல்வர்
முயல்வதெல்லாம் கயல்விழியாய்முயலலாமே 10

(இ. ள்) சேல்மீன் போலுள்ள கண்களை உடைய பெண்ணே! சுழிமுனை இரண்டும் சரத்தில் ஓடும்போது செய்யக் கூடியவை. சமாதி யோகம் செய்தல், கருவி, கரணங்களைப் பயன்படுத்தாமல் இளைப்பாறுதல், தம்மை நினைத்த காரியம் ஒன்றும் நடக்காதபோது, ஒருவன் வந்து இன்னப் பொருள் செய்யச் சொன்னால் அப்பொருள் அப்பொருளாக இல்லாமல் இருத்தல் போன்றன அடங்கும்.

சீலம் பொருந்திய நலமுடைய பெண்ணே! இந்தச் சுழிமுனை நடக்கும்போது நன்மையே கிடையாது. கெட்ட காரியங்கள் எல்லாம் பலிக்கும். இந்தச் சரமூக்கில் எந்தப் பக்கத்தில் வாசி ஓடுகிறதோ, அந்தப்பக்கம் பூரணமென்றும், ஓடாதபக்கம் சூனியம் என்றும் பெயர். இப்படியான குறைவில்லாத பூரணப் பக்கத்தில் நின்று வழக்குப் பேசுபவர்கள், தர்க்கம் பண்ணுபவர்கள், சண்டை போடுபவர்கள், ஒருவன் போய்க் காணும் அரசனை அல்லது தமக்கு மேற்பட்டவரைக்

கண்டால் சரமோடாத பக்கமாகிய சூனிய பக்கத்தில் நிறுத்தினால், பூரண பக்கத்தில் இருக்கின்றவன் வெல்வான். ஒருவன் இதற்கு அப்பாலும் சரம் ஓடாத சூனியப் பக்கத்தில் நிறுத்தினால், அவன் பேச்சே மேலாக எழும். எவ்வெவற்றை எவ்வெவ்வாறு நாட்டமுற்று அறிய வேண்டுமோ, அவ்வவ்வாறே அறியமுடியும். – எ – று.

7. பிரயாணம் போகும்போது சரம் இசைவு பிசகாயிருத்தல்

முயலும்கால் பூரணத்திலிடத்திர் இரண்டடிபோ!
முன் வலமென்
மூன்றடிபோ மொழியும் யாத்திரைக்கு
கயல்தரும் கண்மடவாய் கருமம்அது முற்றும்கருது!
வடக்கும் கிழக்கும் இடத் தேபோகி
இயலுமோரு பகையுண்டா மீளமாட்டார் இசைந்தவலம்
தெற்கு மேற்கு ஏகவென்கில்
புயல்தரும் புனல்புகுந்த மரணமாவர் புணர்முலைக்கச்சு
இறுமிடையாய் போற்றிக் காணே 11

(இ. ள்) மேல்திசையும், தென்திசையும், சந்திரதிசையும் வடக்கும், கிழக்கும் சூனியன் திசை என்று இருக்க யாத்திரை மேற்கொண்ட ஒருவன் சந்திரனில் சந்திர திசையிலேயே போகவேண்டும். சூரியனில் சூரிய திசையிலேயே போகவேண்டும். இப்படியல்லாமல் முன் 7 – ஆம் கவியில் கூறியபடி இருபதின் காதவழிக்குப் புறம்பான தலங்களுக்கும், சந்திரனில் புறப்பட்டுச் சூரியனில் ஊர் போய்ச் சேரவேண்டும்.

அப்படிச் சேரமுடியாமல் போனாலும், சரமும் எதிர் மறையாக இருந்தாலும் அதற்கு உபயம் என்னவென்றால் சூரியகலையில் போகவேண்டிய திக்கின் யாத்திரைக்குச் சந்திரகலையாக இருந்தால் அந்தச் சந்திரன் சுவாசத்தை ஏற உள்ளே இழுத்துப் பூரணமாக்கி இந்தக் காலையே இரண்டு தரம்

முன்வைத்து பின்பு எப்போதும் போல் நடந்து வழியில் எங்கும் நிற்காமல் செல்லவேண்டும். இதனால் சந்திரன் கெட்டுப் போகும். தீமையில் முடியாது.

சந்திரகலையில் போக வேண்டிய திசையில் யாத்திரைக்குச் சூரியகலை இருந்தால் சூரியகலையின் சுவாசத்தை ஏறவுள்ளே இழுத்து அக்காலையே மூன்றடி முன்னிடமாக வைத்துப் பின்பு எப்பொழுதும் போல் நடந்து வழியில் கொஞ்சமும் நிற்காமல் போக வேண்டும். இது அமைதிப்படுத்தும். சூரியன் கெட்டுப்போகும். தீமையில்லை. மீன் போன்ற கண்களையுடைய பெண்ணே! போகின்ற காரியம் நன்மையாகவும் வெற்றியாகவும் அமையும்.

இப்படியில்லாமல் வடக்குக் கிழக்குத் திசையும் யாத்திரையில் சந்திரன் நடக்கும்போது போனால் போகின்ற இடத்தில் ஒருவருக்கொருவன் விரோதியாகப் போவான். திரும்பமாட்டான்.

மேற்குத் திசையும், தெற்குத் திசையும் சூரியகலை வரும்போது யாத்திரைக்குப் போனால் தண்ணீரில் அல்லது மழையில் இறந்துபோவான். கச்சனால் உருகி நெருங்கிய ஸ்தனங்களையும் இப்போது தானற்றுப் போவது போல் ஏற்றுகின்ற இடையினையுடைய பெண்ணே யோசித்துப்பார். - எ. று.

8. ஒருவனுக்கு நன்மை தீமை வரும் மார்க்கம்

காணவொரு கருமத்தைக் குறித்து வந்தோன்
கருதியமுன்னும் இடமும்மேலும் இந்து
பேணுவலமும் கீழும்பின்னும் வெய்யோன் பேசிய
சொல்லெழுத்து இரட்டை சோமனாகும்
மாணுமெழுத் தொற்றையேல் கதிரோனாகு மதிக்கும்
அமவன்பூரணத்தில் வந்து கேட்கில்

பூணவுரைத் தனம் எல்லா நன்றேயாகும் பொல்லாது
சூனியத்தில் புகலு வோர்க்கே 12

(இ. ள்) நாம் செய்யும் காரியம் நன்றோ, தீதோ கண்டறிய வந்தவன் முன் 10 – இல் கூறியபடி சூரியகலை நடக்கும் போது அவன் பூரண பக்கமாகவே இருந்தான் என்றால் அவன் வந்த காரியங்கள் எல்லாம் சித்தியாகும்.

அப்படியில்லாமல் வலப்பக்கத்தில் நின்றாலும் சரம் பார்ப்பவர் மேலிருக்க வந்தவன் கீழிலிருந்து கேட்டாலும், நேர்நேரே கேட்டாலும், பின்னிருந்து கேட்டாலும் அச்சூரிய கலைக்கு உடையதையும், நடப்பதையுமே கூற வேண்டும். சந்திரகலை நடக்கும்போது அவனைப் பூரண பக்கமாகவே இருந்து கேட்டால் அவன் சொன்ன காரியங்கள் எல்லாம் அவனுக்குப் பலிக்கும்.

அப்படியில்லாமல் இடப்பக்கத்தில் நின்றாலும், நேர்நேரே கேட்டாலும், முன்னே நின்று கேட்டாலும், மேலிடத்திலிருந்து கேட்டாலும் அச்சந்திரகலைக்குரிய குணத்தையே கூறவேண்டும்.

இதுதவிர சரம் ஓடாத சூனியப் பக்கத்தில் நின்று கேட்டால் அவன் கேட்ட காரியம் பொல்லாதவையாகவும் பலிக்காமலும், அவன் முன் சொன்ன வார்த்தையின் எழுத்தை எண்ணிப் பார்த்து ஒற்றைப் பாங்கில் வந்தால் சூரியனுடைய குணத்தைச் சொல்லவேண்டும். இரட்டைப் பாங்கில் வந்தால் சந்திரனின் குணத்தைச் சொல்லவேண்டும்.

மேல், கீழ் என்பது மாடி வீட்டையும், கிணறு, பள்ளம், குழிகளையும் குறித்தது என அறியவேண்டும். 5, 6 – ஆம் பாடலில் கூறியதை ஏக காலத்தில் ஒத்திருக்க வேண்டும் என்பதில்லை. ஏதேனும் ஒன்றைப் பார்த்துச் சொல்ல வேண்டும் என்பது கருத்தாகும்.

இன்னும் விரிவாகக் கூறவேண்டுமானால், சந்திரனுடைய திசையும் பக்கமும் நிறைவாக இருந்ததாலும் அது மத்திமமாகும். சூரியனுடைய திசையும் பக்கமும் அது சூனியமானாலும் குறையாயினும் நன்மையாகுமே அல்லாது பகையாகாது. இதற்குப் பிராமணம் 6, 7 – ஆம் பாடலில் சந்திரனைத் திர ராசி என்றும், சூரியனைச் சர ராசி என்றும் கூறியதை அறியவேண்டும்.

அதில் உரி, பண்பு அல்லது அடைமொழிகளைச் சேர்க்காமல் பதவுரையாய்ச் சொல்லி வந்தால் விரிவுரைக்கு இசைவுபட்டு வருவது அரிதாகும். ஆயினும் அதன் உரிகளை மட்டும் சேர்த்துக் கொண்டு வந்தால் ஒரு பெண் என்பவள் தன் கணவனைக் காக்கும் தறுவாயில் கால், கைப்படுதல் முதலிய கற்புக்குப் பந்தமாகக் கூடாது. ஏனெனில் அங்கே இருவருக்கும் ஒருமித்த கருத்து ஏற்படாமல் போகும் அல்லது போகலாம். எனவே அதனை நேர்ப்படுத்தவும், நிராகரிக்கவும் நல்லதாயிற்று. – எ – று.

9. பூரண சூனியங்களின் விகற்பம்

கேடேன்தோன் பறிகொடுத்தோன் அஞ்சுதின்றோன்
கிடையினில்
சாவென்றோன் கிளர்நோய் கொண்டோன்
பாடொன்றுமில்லை சூனியத்தே ஆகில் பலித்துவிடும்
பூரணத்தில் பகர்ந்தது எல்லாம்
ஆடும் பையரவென்ன அல்குலாளே அடுத்துஒருவன்
வந்த திசை சோமனாகி
நீடுஞ்சொல் இரவி ஆதி நிற்குமாகில் நினைத்தமொழி
ஆகாது நின்று கேளே 13

(இ. ள்) ஒருவன் வந்து தான் அதனால் கெட்டுப் போனேன் என்றாலும், இதனைப் பறிகொடுத்தேன் என்றாலும், விசம் கடித்தது அல்லது விசம் அருந்தினேன் என்றாலும்,

படுக்கையில் கிடந்தாலும், உயிர் போகின்றது என்றாலும், அல்லது இது முதலாகச் சொல்லப்பட்ட அபாய குணத்திற்கான சகுனங்கள் எதுவாயினும் சரம் ஓடாத சூனிய பக்கமாய் வந்து நின்றானாகில் ஒரு வருத்தமும் இல்லாது நிவர்த்தியாகும் என்று கூறலாம்.

அப்படியல்லாமல் சரம் ஓடுகின்ற பக்கமாகிய பூரண பக்கத்தில் வந்து நின்று சொன்னால், வந்தவன் எப்படிச் சொன்னாலும் அப்படியே பலித்துப் போகும். அதாவது பறி போன பொருள் வராது. விசம் உண்டவன் மீளமாட்டான். படுக்கையில் கிடந்தவன் நோயாளியாகவே ஆவான். தேறமாட்டான்.

சூனியத்தில் வந்து ஒருவன் சொன்னால் ஒரு காலத்தில் அபத்தமான வார்த்தையானாலும் ஆகும். பூரணத்தில் சொன்ன சொல் பலிக்கும். ஆடும் பையரவென்ன அல்குலையுடைய பெண்ணே! வந்தவனுடைய திசையும் 12 – ஆவது பாடலில் உள்ளதையும் எழுத்தையும் எண்ணும்போது அவன் வந்த திசை சந்திரன் கூறாகவும், சூரியன் கூறாகவும் இருந்தால் மேற்கூறிய காரியங்களுக்கு மத்திமமாக அமையும். முழு மோசமாகாது. இன்னமும் சொல்கிறேன் கேள். – எ – று.

10. கர்ப்பக்குறி

கேட்டவனாருயிர் தன்னிலேறி நிற்றல் கிளர்கையில்
உயிர்உளவை பிடித்து நிற்றல்
வாட்டமற வருமதலை இடத்தில் பெண்ணாம் வலமாகின்
இன்றுரைத்தல் மைந் தனாகும்
மீட்டமில் சூனியத்துறைக்கில் கேடேயாகும் இருஞ்சுழிமுனை
மேலுரைக்கில் அலியே யாகும்
நாட்டுமொழி சூனியம் பூரணத்தேயாகி நடுக்கமுடன்
மகவுயிர்க்கக் கிடைக்கு மன்றே 14

(இ. ள்) ஒருவன் கர்ப்பத்தைக் குறித்துக் கேட்கும் காலத்தில் வந்தவன் ஒரு குழந்தையை ஏந்திக் கொண்டு

வந்தாலும், உயிருள்ள நாய், ஆடு, மாடு ஏதொன்றையும் கையில் பிடித்துக் கொண்டிருந்தாலும் ஓர் உயிரினைத் தொட்டு நின்றாலும், அவன் நின்ற பக்கம் வலமாகில் அதிலும் பூரணமானால் ஆண் பிள்ளைப் பிறக்கும். இடமாகிப் பூரணமானால் பெண்ணாகப் பிறக்கும்.

அப்படிப் பூரணப் பக்கமில்லாமல் சூனியப்பக்கமாய் இருந்தால் எதனைத் தொட்டு நின்றாலும் ஒன்றும் இல்லாமல் நின்றாலும் வலமானால் ஆண்பிள்ளைத் தான் பிறக்கும். இடமாகில் பெண்பிள்ளை பிறக்கும். ஆனால் பிறக்கின்ற பிள்ளை சாகும். அப்போது சரம் பார்க்க வருபவர்களுக்குச் சுழிமுனையாக இருந்தால் பிள்ளை ஆணாகவும் இல்லாமல், பெண்ணாகவும் இல்லாமல் அலியாகப் பிறக்கும். இப்படியாக வந்தவன் முன் வலத்தில் நின்று அவன் வந்த காரியத்தைச் சொல்லிக் கொண்டே பின்னிடத்தில் வந்து நின்றால் தாய் வயிற்றில் இருக்கின்ற பிள்ளை வருத்தப்பட்டுப் பின்இறக்கும் என்க.—எ — று.

11. கர்ப்பக் குறியும் போரில் வெல்லும் குறியும்

அன்றே அசைக்கிடைக் கின்றமைந்தனும் சூனியத்தில்
கேடாங்கெடாது இருவர்போருவது சூனியத்தில்ஒது
வடிக்கின்ற மொழியின முதற்சொன்னேன் என்றோர்பன்
மருவியபூரணத்தின் பின்புசொன்னோன் தோற்பன்
நடக்கின்ற சுழிமுனையில் வேட்டலர்கள் டோந்தநட்பாகும்
வலத்து இயங்க நடப்போன் செல்வன்
இடத்தியங்கில் அஞ்சடிபோ யெதிர்த்தோன் வெல்வன்இரும்
வெல்வன் இருஞ் சுழியில்நிற்கில் இடர்இல்லைபாரே 15

(இ. ள்) இதற்கு முன் பாடலில் சூனியத்தில் கேட்ட பிள்ளை இறக்கும் என்றாலும் போர் வழக்கு வாகைக் குறித்து ஒருவன் வந்து நான் இன்னவன் எவன் வெல்வான் என்றாலும், வந்தவன் சூனியப் பட்சத்தில் இருந்து சொன்னால் முன்

சொல்லப்பட்ட பெயரை உடையவன் தோல்வி அடைவான். அப்பொழுது சரம் பார்ப்பவனுக்குச் சுழிமுனை நடந்தால் அவ்விருவரும் ஒருமித்துப் போவார்கள்.

இவையல்லாமல் சண்டை, வாது, வழக்கு நடக்கின்றவனுக்கு அப்போது சூரியகலையாக இருந்தால் வெற்றி அடைவான். சந்திரனாக இருந்தால் வெல்வான். சந்திரகலையில் இருந்தால் தோற்றுப் போவான். சுழிமுனையாக இருந்தால் ஒருமித்துப் போவார்கள். அப்படிச் சந்திரகலையில் 11 – ஆம் கவியில் கூறியபடிச் சரத்தை உள்ளிழுத்துப் பூரணமாக்கி அச்சரமானது நடக்கும் போது காலை முன் வைத்து ஐந்தடி போய்ப் பின்பு சென்றால் வெற்றியடைவான். – எ – று.

12. சரத்தின் ஸ்பரிசம்

பார்க்கும் கால்இடமெனினும் வலமெனினும் ஒக்கும்
பஞ்சபூதத்து இயக்கம் பகரும்காலை
சாற்றிய தண்டுடன் சேரில் பிரிதிவியாம்
தப்பாமல் பினிக்குத் தாழ்வோடு
மேற்றிசையை நோக்கியெழும் அங்கிவாயு
மெய்யுணர்ந்தோர்
பறத்தோடு மேன்மை குன்றா
நீத்துதையா நாற்றிசையும் சிதறியோட நேடுவான்என்று
உரைத்திடுநீ நிலத்து ள்ளோர்க்கே 16

(இ. ள்) இடை, பின்கலை, சுழிமுனை – என்று கூறப்பட்ட இம்மூன்று கலைகளையும் அவற்றின் பயன் அனுபவத்தையும் சோதித்துப் பார்த்தால் ஒத்தே போகும். அந்தந்த நாடிக்குள் பஞ்ச பூதங்கள் நடப்பதுண்டு. அவற்றைத் தேர்ந்து, அறிந்து அனுபவிப்பதே அரிதாகும். மூக்கிலிருந்து வரும் சரம் அம்மூக்குத் தண்டைச் சார்ந்து வந்தால் பிரிதிவியின் கூற்றாகும். அத்தண்டிற்கு நேராகிய மற்றொரு புறத்தைச் சார்ந்து வீசினால் வாயுவாகும். இப்படி நான்கு பக்கத்துள் ஒரு

பக்கமாக அல்லாமல் அந்நான்கு பக்கமும் கலை நடந்தால் அது ஆகாயத்தின் கூறாக அமையும். உலகத்தில் உள்ள அனைவருக்கும் இப்பஞ்சபூதம் இடத்திற்கும், வலத்திற்கும் ஒன்றாகவே வரும். – எ – று.

13. சரத்தின் வடிவம், நிறம் மற்றும் ரசக்கியமும்

நிலம்பொன் மயிரதநெடுங் கோணநான்கா நீளம்
பன்னிருவிரலா நீர்தான் வெண்மை
இளகுபிறை வடிவுகண்டம் வர்த்திருக்கும் எட்டிரண்டு
விரலொடும் எரிதான் செம்மை
நலங்கொண்ட முக்கோணம் அழற்சிமேலாய் நாலிரண்டு
விரலோடு நளிர் கால்நீ
துலங்கு புலியதுகோணம் ஒருபக்கத்தில் துய்ய
நால்விரலோடும் சொல்லு காலே 17

(இ. ள்) பஞ்சபூதிய சரம் நடப்பதை எவ்வாறு அறிவதெனில் பிரிதிவி சரம் பொன்மை, அப்பு சரம் வெண்மை, தேயுச் சரம் செம்மை, வாயு சரம் கருமையாக இருக்கும்.

பொதுக் காண்டத்தில் எவ்வித உணர்ச்சியும் நடக்குமெனில் பிரிதிவிக்குக் கண்டம் தித்திக்கும். அப்புவிற்குத் துவர்ப்பும். தேயுவுக்கு உவர்ப்பும் அல்லது அழற்சியையும் உண்டாக்கும். வாயுவுக்குப் புளிப்பும் சுவையாகப் பிரிக்கலாம்.

சரத்தின் வடிவமானது, பிரிதிவி எண்கோணம், அப்பு எட்டுநாள் பிறை போன்று இருக்கும். தேயு முக்கோணம், வாயு அறுகோணம், இவைமட்டுமின்றி, சுவாசம் ஓடுகின்ற நிட்சியைக் குறிப்பிடுகையில் பிரிதிவி 12 – அங்குலம், அப்பு 16 – அங்குலம், தேயு 8– அங்குலம், வாயு 4 – அங்குலம் என அறியவேண்டும்.

இரசமானது தனியே குறிப்பிட்டாலும் முதல் இரசமாகவே வைத்துக் கொள்ளப்படுகிறது. உலகோர்க்குச் சொல்லும்போது பேதங்களாக அறிவது அரிதாகும். ஒரு

பூதத்திற்கு நான்கு குறி சொல்லி இருக்கின்றார். ஒன்று இல்லாவிட்டாலும் மற்றொன்றில் தெரியவரும். – எ – று.

14. செய்கருமங்களின் குணங்கள்

சொல்மயவான் வடிவதுதான் வட்டமாகும் துய்யதொரு
விரல்நாசி எல்லாம் சுற்றும்
ஒல்லைநிறம் படிகங்கைப்பிரதம் வாயும்ஓடி வரும்
பூதங்கட்கு உளதோ சொல்க
மல்லநில நீர்க்கும்மிகு பயனாம் செந்தீ
மத்திபமாம் பகர்காலும் வானுந்தீதாம்
பல்வளையாய் சரம்பார்ப்போன் தன்னைப் போற்றி
பாகிலை என்றுஊதி இட்டுப் பணிந்துபாரே 18

(இ. ள்) வளையல்களைத் தரித்த கரங்களையுடைய பெண்ணே! ஆகாய பூதத்தின் நிறம் படிகம். இரச கண்டம் காக்கும். வடிவம் வட்டம். நீட்சி ஓர் அங்குலம். பூதங்களின் குணங்களைக் கூறும்போது பிரிதிவிக்கும், அப்புவுக்கும் உத்தமம். தேயுவிற்கு மத்திமம். வாயுவும், ஆகாயமும் தீமை ஆகும். சரம் பார்த்துக் குறி சொல்லுகின்றவனுக்குத் தாம்பூலம் முதலானவற்றைக் கொடுத்துப் பணிவிடைகள் செய்து பின் கேட்கவேண்டும். 7, 8 – ஆம் கவியில் கூறியபடி சூரிய சந்திர கலையில் செய்ய வேண்டிய கருமங்களும், அக்கவியை அனுசரிக்க வேண்டிய 48, 49 – ஆம் கவியைப் பார்த்து அதிலும் சரம் பார்ப்பவருக்குத் தாம்பூலம் கொடுத்துக் கேட்பவனுக்கு நன்மை உண்டாகும் – என்ற கருத்து விளக்கப்பட்டுள்ளது.எ. று.

15. ஒருவன் பெயரைக் குறித்து வினவ அவனுக்குரிய குணத்தைக் கூறுதல்

பாராகு முதுகுநீர் காலநாகும் பைந்தழல்மார்ப
வனங்கைப் படர்வான் சென்னி
பேராமல் வினவினபோ துதித்தபூதப் பேர்படைத்த
விடங்களிலே பிழை யில்லாமல்

ஏராகும் பூரணமாம் பக்கந்தன்னில் ஏறிவெட்டும்
தோல்படு தவிசுஇசைத்த எல்லாம்
கூராழி மால்வந்து விலக்கினாலும் குறையாமல்
வடுப்படும் காண் குறிக்கும்காலே 19

(இ. ள்) முன் **15** – ஆம் பாடலில் கூறியவாறு இருவரைச் சுட்டிக்காட்டாமல் சூனியப் பக்கத்திலும் இருக்காமல், பூரண பக்கத்தில் இருந்தால் சண்டைக்குச் செல்வான். ஆயுதத்தால் காயம் உண்டாகும். அதிலும் பிரிதிவி நடந்தால் முதுகில் காயம் படும். அப்புவாகில் காலிலும், தேயுவாகில் மார்பிலும், வாயுவானால் கையிலும், ஆகாயமானால் தலையிலும் காயம் ஏற்படும். விஷ்ணு தேவனே வந்து விலக்கினாலும் தப்பித்து வரமுடியாது. எ – று.

16. அவனுக்குரிய ஆயுதம், போர், போருக்கு நிற்கும் இடம்

கால்மூலைத் தொடங்கி அழன்மூலை ஏறக்
கயிறுஎனவே கீறிமதி கதிரோனாக
கோல்மேற்கும் தெற்குமதிநிலமாக் கொள்ககொழுங்க
திரோன்கி ழக்குவடக் காகக்கொள்க
சேல்போலு நெடுங்கண்ணாள் புவிக்குக்கத்தி
சேர்ந்தசலம் நாளற்குச் சிலை
காலுக்கு மேற்றண்டாம் வானுக்கு ஆயுதம்
கல்லேந்தி விதித்த நிலத்தில்
பொருதல் வெற்றி யாமே 20

(இ. ள்) மேற்கூறியதைச் சமனாகப் பாவிக்க, வாயு மூலை தொடங்கி அக்கினி மூலையளவாக ஒரு கயிறு பிடித்தாற்போல் சரியாய்ப் பாவனைச் செய்து அதில் மேற்கு, தெற்கைச் சந்திரன் கூறாகவும், வடக்கு கிழக்கேச் சூரியனின் கூறாகவும் கொண்டு போர் செய்கின்றவனுக்குஅப்போது சூரியகலை இயங்கினால் தானச்சூரியன் திசையில் நின்று எதிரியைச் சந்திரன் திசையில் நிறுத்திச் சமமாகச் செய்யவேண்டும்.

அப்படிச் செய்தால் சந்திரனானாலும், சூரியனானாலும் எடுத்து எரியும். சேல்மீன் போல் கண்களையுடைய பெண்ணே கேள்! பிருதிவியாகில் கத்தி, அப்புவாகில் வாள், தேயுவாகில் வில், வாயுவாகில் தண்டு, ஆகாயமாகில் கல் இப்படியாக அதற்குத் தகுந்தாற் போல் ஆயுதங்கள் ஏந்தி விதிப்படி அந்தந்த நிலத்திற்குத் தக்கவாறு சண்டை செய்தால் வெற்றி உண்டாகும்.

17. நோய்க்குறி

ஆகியநோய் புருருக்காய் புருடவ லங்கேட்கில்
ஆறும்என்க மாதருக்கு மாதறிந்து கேட்கில்
சோகமில முறைதப்பில் பொல்லாதுஎன்க
தொலையாது நாட்சென்று மீளுமென்க
தோகைநில நாட்செலுநீர்கடுகி மீளும்
சுடுதழல் நான்மூன்று தப்பில் துஞ்சப் பண்ணும்
ஏகிடும் காண்நாள்இரண்டின் மிகுந்தால் கொல்லும்
எழில்வரன மன்றுதப்பில் இறக்கும்பின்னே 21

(இ. ள்) புருடன் கொண்ட பிணிக்காகப் புருடனே வந்து சரம் பார்க்கின்றவனைக் கண்டு அந்நோய் வருமாவென வினவினால்? அந்நோய் தாவி வருமாம். சரம் பார்க்கிறவனுக்கு வலப்பக்கத்தில் நின்று கேட்டால் நிவர்த்தியாகும். பயமில்லை. பெண் கொண்டவன் அவனுக்காக அப்பெண்ணே வந்து கேட்டாலும் குணமாகும். வந்தவள் அவனுக்கு இடப் பக்கத்திலிருந்து கேட்டால் அந்நோயிலிருந்து மீளமாட்டான். முன் 13 – ஆம் பாடலில் கூறியவாறு சூனியப் பக்கமாய் இருந்தாலும் உத்தமம்.

ஆணுக்குப் பெண் வந்தாலும், பெண்களுக்கு ஆண் வந்தாலும் ஒருவன் வலப்பக்கத்திலிருந்து குறி கேட்டுக் கொண்டே இடப்பக்கத்திற்கு வந்தாலும் ஒருத்தி இடப் பக்கத்திலிருந்து குறி கேட்டுக் கொண்டே வலப் பக்கத்திற்கு வந்தாலும் நோய் போவது கடினம். அப்படிச் சரியாய் வந்து கேட்டாலும் அந்நேரம் பிரிதிவியாகில் கொஞ்ச நாட்களுக்கும்

அப்புவாகில் விரைவிலும் அக்கினியாகில் மூன்று நாட்களிலும் குணமாகும், என்றாலும் மிகுந்த துன்பத்திற்கு ஆளாவான். வாயுவாகில் அன்றைக்கே நோய் பிரிந்து, பின் மறுநாள் இறப்பான் எனக் கூறுவர் – எ – று.

18. தருணம்

இறக்கும் உபயந் தனக்குஜந்து நாளில்ஏ கின்அக்கால
சாவில்லை இதுதான் மெய்யே
பிறகுமொரு பூதலத்தில்ஐந்து பூதம்பிரிந் தோடும்
அதுகுரவல் பேசக் கேட்டுச்
சிறப்புடைய பயன்தெரிவது அல்லால் நூலின்
செய்தனால் தேவர்களும் தெரியமாட்டார்
நிறக்குமதிக்கிருந்த ஸைத்தால் வந்தது கேட்டால்
நீர்வெயிலாச் செலசொல்க நினைத்துகேளே22

(இ. ள்) பூதங்களின் இயற்கையாகிய குணங்களுக்கு உரியவை என எண்ணக் கூடாது. அதாவது 10 – ஆம் பாடலில் கூறியவாறு சுழிமுனை நடக்கில் ஆகும் என்பதும் ஆகாது. ஆகாது என்பதும் ஆகும் என்பது போல ஒருவன் நோயின் குறியைக் கேட்கும்போது, சுழிமுனை நடந்தால் அந்நோய் ஐந்து தினங்களுக்குள் மரிக்கும். அப்படி மரிக்காமல் தப்பினால் அவன் இனி ஒரு விபத்துக்கும் அஞ்ச வேண்டியதில்லை. இதனை 14 – ஆம் பாடலில் கூறிய படி ஒரு பக்கமாகச் சரம் நடந்தால் ஐந்து வகைப்பட்ட பூதங்களும் அப்பூதங்களுக்குள் ஐந்தும் பிரிந்து நடப்பதுண்டு.

அவை, பிரிதிவியில் பிரிதிவி, பிரிதிவியில் அப்பு, பிரிதிவியில் தேயு, பிரிதிவியில் வாயு, பிரிதிவியில் ஆகாயம் இவ்வாறு அமைந்தால் குருவின் துணைக் கொண்டே அறிதல் நலமாகும். சரம் பார்ப்பவரை ஒருவர் அழைத்தால் சூரியகலை இயங்கும் போதே போகவேண்டும். பேசுவதானாலும் குறி சொல்வதானாலும் சூரியன் இயங்கும் போதே சொல்ல வேண்டும். மற்றபடி கூறக் கூடாது. மிஞ்சி நடந்தால் மத்திமப் பலனே அடையும். – எ – று.

19. பூதச் சரங்களின் இயல்பு

கேளிதனை நிலத்திற்கு நீரிற்கும் குணமாம்
கெற்பமெனில் ஆணாகும் கிளர்ந்தொருவன் வினவின்
நாளின் மிலாபங்கள் சாந்தி போக்கு
நன்றாகும் அங்கிதனில் அங்கம் வெல்லும்
வாளமரில் பொல்லாது கெற்பம்கேடாம்
வாயுஎனில் பெண்ணாகும் மற்போர் தோற்கும்
நீள்விசும்பில் அனுவித்தை யோகம்தானு
நீடுமித கெற்பமெனில் வலிவாய் வீயும் 23

(இ. ள்) பெண்ணே! கருத்துற்றுக் கேட்பாயாக. 16 – இல் சொல்லியபடி பூதச் சரங்கள் இயல்பாகப் பிரிதிவியும் அப்புவும் நன்மையாகும். 33 – ஆம் பாடலில் சொல்லியபடி ஐந்து நாழிகை மிஞ்சி இவ்விரண்டு பூதங்கள் அதிகமாக நடந்தால் இலாபமுண்டு. 14, 18 – இல் சொல்லியபடி ஒரு பிராணியைக் கைப் பற்றினாலும் அதன் பேரில் அதிகம் பற்றில்லாமல் தனியே நின்று சூனியத்திலும் இல்லாமல் பூர்ணத்தில் நின்று கர்ப்பக் குறிக் கேட்டால் அப்போது சரம் பிரிதிவியாவது அப்புவாவது நடந்தால் ஆண்பிள்ளை பிறக்கும். 6 – இல் சொல்லியவாறு அமைதி காத்தல், போக்குக் காட்டுதல் செய்ய வேண்டியபோது அங்ஙனம் சொல்லி நடக்கும்போது செய்தால் அச்செயல் பலிக்கும்.

தேயு முதல் நடக்கும்போது போர் செய்தால் வெற்றி பெறுவான். அப்போரில் வாளெடுத்தால் மத்திமம். அப்போது கர்ப்பக் குறியைக் கேட்டால் அது அழிந்து போகும்.

வாயு நடக்கையில் கர்ப்பக்குறி கேட்டால் பெண்ணாகப் பிறக்கும். காமப்போரில் தோல்வி அடைவான்.

ஆகாயத்தில் வில் போர் வெற்றியடையும். இப்போரில் 10, 18, 20 – ஆகிய பாடல்களில் சொல்லியபடி யோகம் புரிந்தால் நன்மையாகும். இச்சமயத்தில் கெற்பம் கேட்டால் குழந்தை அலியாகப் பிறக்கும். திவார நட்சத்திரக் காலப்பலன் முன் கூறிய

4 – ஆம் கவியில், பின் வரும் 35 – ஆம் கவியில் கூறியபடி பிரதானக் காலத்தில் சரம் பார்க்க வேண்டிய சமயத்திலும் நன்மையாகப் பார்க்க வேண்டியது திதி என்றும் கூறுவர். எ– று.

வீயாத பிரதமைமுதல் விளங்கும் பக்கம்
விரவிவரும் முப்பதிலுமும்மூன் றாக
மாயாது வரும் கோமன் இடமதாக
வருகின்ற அருக்கனுக்கும் வலம் அதாகச்
சாயாது புதன் வெள்ளி திங்கள் மூன்றும்
தப்பாது சந்திரனும் சாற்றும்காலை
தேயாது கதிர்செவ்வாய் சனிவியாழன் செங்
கதிரோன் தினமென்று தேறுநீயே 24

(இ. ள்) முன் கூறிய 4 – ஆம் கவியில், பின் கூறும் 35 – ஆம் கவியில் கூறியபடி பிரதானக் காலத்தில் சரம் பார்க்கவேண்டிய சமயத்திலும் சிறப்பாகக் கூறுவது என்றால் பொழுது விடிய 5 – நாழிகை இருக்கும் போது எழுந்து சரம் பார்க்கும் பொழுது வளர்பிறை பிரதமைக்கும் துவிதிகைக்கும் திரிதிகைக்கும் சந்திரகலை தொடங்கி நடக்க வேண்டும். அப்படி முன்னான்கு பன்னிரண்டு போக தேய்பிறையில் பிரதமைக்கும் துவிதிகைக்கும், திரிதிகைக்கும் சூரியகலை தொடங்கி நடக்க வேண்டும்.

பொழுது விடிய 5 – நாழிகை இருக்கும்போதே உதித்த சரம் மற்ற 5 – நாழிகையும் கலக்காமல் ஓட வேண்டும். திதி யோக வாரங்களில் நிகழ வேண்டியது எனில் ஞாயிறு, செவ்வாய், வியாழன், சனிக்கும் சூரியகலை உதிக்க வேண்டும். திங்கள், புதன், வெள்ளிக்குச் சந்திரகலை நடக்க வேண்டும்.

இப்படி நடக்கும் சரமானது எந்தப் பூதத்தில் தொடங்க வேண்டியது என்றால், 45 – ஆவது கவியில் கூறியபடி பூதங்கள் அனைத்து நட்சத்திரங்களுக்கும், வாரங்களுக்கும் உரிய காலசரங்கள் சரியாக இடம் பெற்றால் கெடுதல் இல்லை. எனினும் 33 – ஆம் பாடலைப் பார்க்கவும்.– எ – று.

தேறிடுநீ ஒன்பதுநாள் பூரமாதி சிறந்த
ரோகிணி சதய உத்திரட் டாதி
கூறிடும் செங்கதிரோர் நாளாகக் கொள்க
கூறாநாள் அடைய மதிக்கென்று கொள்க
வீறிடும் செங்கதிர் பிழைக் கில்நோய் காரிக்கும்
இடித்திடுமண்டலம் சேய்க்குவெம் பாய்ச்சாவாய்
பாறிடும்பொன் பிழைக்கின்மன்னர் கேடாம்
புத்திபதிக்க திபன்கெடும்இந்து கிளைஞர்
போக்கே 25

(இ. ள்) பெண்ணே திதி வாரம் என்று இரண்டும் வேறுபாடாகக் கூறப்பட்டதால் தயக்கம் வேண்டாம். இவ்விரண்டிலும் நட்சத்திரப் பலனாகிய மூன்றினுள்ளும் ஏதேனும் துன்பமோ அதிலும் ஏதேனும் இன்பமோ எனத் தெரிந்து வீக்கம், தூக்கம் நோக்கிப் பார்த்து தேர்ந்தால் நட்சத்திரங்களுக்கு நடக்கவேண்டிய காலசரமாக அமையும். அதாவது பூரம், உத்திரம், அஸ்தம், சித்திரை, சுவாதி, விசாகம், அனுசம், கேட்டை, மூலம், ரோகிணி, சதயம், உத்திராட்டாதி இப்பன்னிரண்டிலும் சூரியன் அடங்கவேண்டும். மற்ற பதினைந்திலும் சந்திரன் அடங்க வேண்டும்.

வாரங்களுக்கான கால சரங்களில் ஞாயிறு தப்பினால் வியாதி, சனி – வறுமை, செவ்வாய் – சண்டை, சாவு, வியாழன் – தன் மன்னனுக்குக் கேடாகும், புதன் அவ்வூர் அதிகாரிக்குக் கேடாகும், திங்கள் சுற்றத்தாருக்குக் கேடாகும். தன் மன்னன் என்பதும், அவ்வூர் என்பதும் சரம் பார்ப்பவருக்கு உரியனவாகும். சனி வறுமையுடன் தன் கையில் இருப்பதும் போகும். பொன் பிழைக்கில் மன்னர் கேடாகும் என்பதில் பொருள் வரும் வராது என்றாலும் அவனிவனால் பொருள் பறி கொடுக்கப்பட்டவன் ஆவான். – எ – று.

போக்கரிய புகழ்பிழைக்கில் ஊர் விட்டுஏகல்
பொருந்தியதோர் மெய்ந்நோதல் புணர்தோர் சாதல்

ஆக்கமதில் இடர் ஆம் முன்கக்கம் தன்னில்
ஆரும் கலகம் இரண்டாகில் அர்த்தநாசம்
நீக்கமலர் கிளைஞர்க்கே உறு நோயுண்டாம்
நீள்நோயும் அன்னவரை வாட்டி நிற்கும்
தேக்கிய ஐந்தில் தேச மலையும் ஆறில்
செகத்தரசர் தேடும்ஏழில் சேரும்நோவே 26

(இ. ள்) வெள்ளி தப்பினால் தான் வசிக்கும் மனைவியை விட்டுப் பிரிந்து வாழவேண்டியது வரும். இந்த எல்லையை விட்டு மற்றொரு எல்லைக்குச் செல்ல வேண்டியது வரும். தேகம் மெலியும். தன்மனைவிக்குச் சாவு வரும். சாவு என்பதில் மனைவியுடன் சண்டை, பிணக்கு, நோய் முதலிய வருந்தக் கூடிய அளவிற்கு இத்திசையில் நடக்கும். இந்நூலாசிரியர் புணர்ந்தோர் சாதலென்றும் சாவு முடிவு வரைக்கும் வருத்தம் வரும் என்று துணிந்து கூறுவதென்றால் நன்மையெனவும் பொருள் கொள்ளலாம். அதாவது தேவராக அட்டமாசித்தி மட்டும் பெருக்கம் உண்டாக்கும் என்ற கருத்தில் கொண்டு கூறியுள்ளார் எனலாம். மற்றவற்றில் சொல்லியபடி ஊருக்கும், மன்னனுக்கும், அதிகாரிக்கும் வரும்.

இதுவுமல்லாமல் வளர்பிறை காலத்தில் பிரதமை தப்பினால் ஏதாவதொரு தொல்லை வந்து சேரும். துவிதிகை, கலகம் – திரிதிகை, பொருட்சேதம் – சதுர்த்தி ஆகிய காலங்களில் போக்கு உண்டாகும். சகலவித துன்பங்களாக பஞ்சமி – பந்துகளுக்கு வியாதி, சஷ்டி – அத்தேசத்தார்க்கும் அரசனுக்கும் வருத்தம், சப்தமி – தேசத்தார்க்கும் அரசனுக்கும் மட்டுமே தொல்லையென எண்ணி இருத்தல் கூடாது. தன்னாலே அவர்களுக்கு வருத்தம் வந்ததென்று அவதூறான, பொய்யான பேச்சுகளைக் கேட்டு வருத்தப்பட வைக்கும் என்று அறிதல் வேண்டும். – எ – று.

20. திதி பிழைக்கில் சந்திர சூரியன் இயல்பு

நோவுடனே சாவுமாம் எட்டாகின்மற்றை
நுவலாதபக்கமும் இம்முறையே கொள்க

தாவில்வெங் கதிரோனின் மதியமுண்டாம்
சந்திரனுள் வெங்கதிரும் தப்பாது உண்டாம்
ஓவரிய இவர்களையே உணரும்போதில்
உற்றசரங் குருமுகத்தால் உணர்ந்து கொள்க
தேவர்பிரான் உரைத்தருள உமையாள் கேட்டச்
செவ்விஇதன் முறைமைதனைத் தெளிந்துதேறே 27

(இ. ள்) அஷ்டமி பிறைக்கில் நோயுடன் சாவும் வரும். வளர்ப்பிறை, தேய்பிறை இவற்றிற்கும் இதனையே கூறுவர். சூரியனுக்குள் சந்திரனும், சந்திரனுக்குள் சூரியனும் ஒன்றுக்குள் ஒன்று கலந்து தோன்றுவதும் உண்டு. உமையவளே! தன் சுயவல்லமையினால் தெரிந்து கொள்ள இயலாதவர்கள் சங்கரன் அருளினாலே தெரிந்து கொள்வர். இந்நூலைத் தாமே அறிந்து கொண்டாலும், குருவின் அருளினால் அறிந்து கொள்வதே சிறப்பாகவும், தெளிவாகவும் அறிந்து கொள்ள முடியும். – எ – று.

21. இடர் வந்தாலும் உபசாந்தம்

தெளிகதிர்சேய் மூன்றடியாம் தெற்கு பந்தன்
செம்பொன் மூன்றடிமேற்குத் திங்கள்வெள்ளி
இளகிய நாலடிவடக்குப் புந்திமுன்போல்
இரட்டையலும் கிழக்கிரவி யெழுதன் முன்னே
வளமுடனே பூரணபக்க த்தில்சென்று
வந்திருந்து நமைநினைந்து வழுத்தல் செய்தே
உளமகிழ்ந்து போகிலெல்லாம் பலிக்கும் துன்பம்
உண்டாகா இவையனைத்தும் உணர்ந்துதேறே 28

(இ. ள்) மேற்சொல்லியபடி கால சரஞ்சரிப்பட்டு வருமானால் வராது. ஊழ்வினையின் படியே தான் நடக்கும். அதை நம்முடைய வசமாக்குவதற்கு எளிதாகுமா? என வருந்த வேண்டியதில்லை. சரம் பார்ப்பவர் முன் கவியில் கூறியபடி தருணகாலத்தில் சூரிய உதயத்திற்கு முன் எழுந்து ஞாயிறு, செவ்வாய்க்கிழமைகளில் தென்புறமாய் மூன்றடி முன் 11 – ஆம்

கவியில் கூறியபடி சரத்தைப் பூரணமாக்கிக் காலையிலே முன்னிட்டுக் கொண்டு போகவேண்டும்.

சனி, வியாழக்கிழமைகளில் மூன்றடி மேற்கே போகவேண்டும்.

திங்கள், வெள்ளிக்கிழமைகளில் நாலடி வடக்கே போகவேண்டும்.

புதன்கிழமைக்கு இரண்டடி கிழக்கே போகவேண்டும். இவ்வாறு போனால் ஒரு திவ்வியமாகிய ஆசனத்திலிருந்து என்னை நினைத்துத் துதி செய்து, பின்னெழுந்து எங்குச் சென்றாலும் அல்லது எங்கே இருந்தாலும் துன்பங்கள் எப்பொழுதும் நம்மை அணுகாது.—எ – று.

22. மேலதில் ஒருவாரத்திற்குச் சரம் தப்பினாலும்
ஏழு நாட்களுக்கும் சரிவந்தாலும் நடப்பவை

தேறுநீயிவை எல்லாம் எவ்வி தாக
செங்கதிரோன் அன்னாளில் திங்கள் ஓடி
மாறிவரும் கதிரவனும் சோமன் நாளிக
மறிந்தோடி வரும்கிழமை மேழு மாறில்
கூறுபட உடலுயிர் விட்டு ஏகுமென்க
குணமாகும் இக்கிழமை கோணாதோடில்
சீறிவரும் காலனையும் செயிப்பர் மற்றச்
சித்தயோகத்து நிலை சித்தியாமே 29

(இ. ள்) சூரியன் நடக்க வேண்டிய காலத்தில் சந்திரன் நடந்தாலும், சந்திரன் நடக்கும் காலத்தில் சூரியன் நடந்தாலும் இப்படியாக மாறுபட்டு ஒருவார காலம் நடந்தால் இறந்து போவான்.

அப்படியில்லாமல் கிழமை ஏழும் தவறாமல் மேற்கண்ட நாழிகையும் தெளிவோடு திக்கு நோக்கிச் செல்வதுடன் பிராணாயாமம் மாறாமல் நிகழ்ந்து வந்தால் எமனுக்கு அஞ்ச

வேண்டியதில்லை. சீவன் நன்றாக வாழ்ந்திருக்கும். அவனுக்கு அஷ்டமாசித்தியும் சித்திக்கும். – எ – று.

23. குறி சொன்ன மார்க்கம்

சித்தமுடன் இரேசகத்தில் வந்துகேட்டால்
செப்பிய அப்பொருள்கள் எல்லாம் தீதேயாகும்
உத்தமமாம் பூரகத்தில் வந்துகேட்டால்
உறைத்த பொருள்அத் தனையும் உண்மையாகும்
மெத்திய சம்பகத்து உரைக்கில் நன்றேயாகும்
வேண்டாரை ரேசகத்தில் விளியப்பார்க்க
வைத்தமலம் வாயுநீர் கழிபோதென்னின்
மாற்றலாதாங் கெடுவர்இதுமாறி லாதே 30

(இ. ள்) சரம் பார்ப்பவர் சுவாசம் செய்யும்போது வந்து கேட்டால் கேட்ட காரியம் நடக்காது. பூரகத்தில் கேட்டால் நன்மையாகும். அவன் கூறுவதும் உண்மையாகவே இருக்கும். கும்பகம் செய்யும் காலத்தில் கேட்டால் நற்காரியம் சித்தியாகும். மலம், ஜலம், வாயு கழியும் போது கேட்டால் பகைவன் கெட்டுப் போவான். மற்றதை அறிய குரு முகாந்தத்தில் தெரிந்து கொள்ளவேண்டும். – எ – று.

24. சனி வியாழன் பலன்

மாறிவரும் பக்கம்குறையும் பக்கமதி நாடிகதிர்
நாடி வளர் பொன்னும் ஓட்டில்
பேறுமிக உண்டாகும் பிராணிளிக்கும் பின்புரைத்த
காரியங்களுக்கு எல்லாம் பேறாம்
கூறுகின்ற சனிநாளில் பகலிரவில் குலவுசரம்
வடமிடத்தில் காணாது ஓடி
நானாமலர்ப் பெருந்திருவே சொன்னோம் இந்தஞாலம்எங்
கும்புகழ் பெறவே நடக் குமென்றே 31

(இ. ள்) வளர்பிறையில் வியாழனுக்குச் சந்திரன். தேய்பிறையில் வியாழனுக்குச் சூரியன். இவை சரியாக இருந்தால் சிறந்த பேறு பெறுவான். சீவன் முத்தனாய்த் தளர்வின்றி வாழ்வான். இவையல்லாமல் சனிக்கிழமைக்கு இரவிலும் – பகலிலும் சந்திர, சூரிய கலைகளில் சரங்கள் மாறுபாடில்லாமல் நடக்கவேண்டும். அப்படி நடந்தால் இவ்வுலகமெங்கும் மதிக்கத்தக்கப் புகழ் கிடைக்கும். – எ – று.

25. குறி சொல் மார்க்கம்

நடப்புடைய ஒருவனெங்கே என்றொருவன் கேட்பதில்நால்
நிலத்தில்அ கத்திருப்ப நன்னீர்முற்றம்
அடங்கும்அழும் ஆகில்உள் ளூர்வாயு வேற்றுஊர்
அம்பலமேல்
மலைமேல்தான் துயிலல் ஆம்என்றே அறிக
விடப்போனான் புவிக்குநிலை நீர்க்குமீண் டான்எவ்விய
அழற்குத்தான் வருகின்றான் வெயில்காலுக்கு
மடக்குழலாய் ஊர்வந்தான் வானமாகில் வருவனொரு
நாழிகையின் இதில் கற்றும் மாறிலாளே 32

(இ. ள்) ஒருவன் வந்து மற்றொருவனை எங்கே இருக்கிறான்? என்று கேட்டால், கேட்கும்போது சரம் பிருதிவியாகில் வீட்டிற்குள் இருப்பான். அப்புவாகில் முற்றத்தில் இருப்பான். தேயுவாகில் அக்கிராம எல்லைக்குள் இருப்பான். வாயுவாகில் எல்லைக்கு வெளியில் புறப்பட்டு இருப்பான். ஆகாயமாகில் மலை ஏறுகின்றான் அல்லது உறங்கிக் கொண்டிருக்கிறான் என்று கூறவேண்டும்.

வெளிநாட்டுக்குச் சென்றவரைக் குறித்துக் கேட்டால் பிரதிவி எனில் அவ்வூரில் நிலைத்து இருக்கின்றான். அப்புவெனில் திரும்பி வருகின்றான். தேயுவெனில் திரும்பினவன் நில்லாமல் நடந்து வருகின்றான். வாயுவெனில் அவனிருக்கும் ஊருக்குள் வந்தான். ஆகாயமெனில் ஒரு

நாழிகைக்குள் வந்து வீடு சேர்வான் – என்று சொல்ல வேண்டியதாகும். – எ – று.

26. இச்சரத்தில் மனம் வயப்படுதல்

மாறிவரு வாயுமனோ வலயந்தன் னின்மரிக்க
உயிர்சித்திநிற் வதுதான் நிற்கும்
கூறுசமயம் கூற்றால்பயம் இல்லை குறித்து இருமண்
ஒன்றரை நாழிகையாக் கொள்க
தேறுபுனற்கு ஒன்றேகால் வன்னிக்கொன்று சீவன்முக்
கால்வானம் அரைசிறந் தநாடி
பாரும்ஐந்து நாழிகைக்குள் வரில்நற்குன் றில்பழுது
படும் உடம்பில் பற்றிப் பாறே 33

(இ. ள்) இடப்பக்கத்திலும் வலப்பக்கத்திலும் ஒன்றையொன்று மாறிமாறி நடக்கும். இச்சரமானது தேகத்திலேயே அடைபட்டுப் போகுமானால் பிராணனுக்கு அழிவில்லை. அப்படி அடைபட்டு நின்றால் மனம் மற்ற கரணங்களுக்கும் வேலையில்லாமல் அசைவற்று நிற்கும். மற்ற சமயங்களிலும் பயமில்லை. எமனுக்கும் பயப்படத் தேவையில்லை.

முன் கூறியது போல் இடப்பக்கமும் வலப்பக்கமும் மாறியோடும் சரம், ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் எந்நேரமும் தரித்து நடக்குமெனில் ஐந்து நாழிகையாகும். அதிலும் பூதங்களுக்கு ஏற்றவாறு பிரிப்பதெனில் மண்ணில் ஒன்றரை நாழிகையும், நீரில் ஒன்றேகால் நாழிகையும், நெருப்பில் ஒரு நாழிகையும், காற்றில் முக்கால் நாழிகையும், வெளியில் அரை நாழிகையும் ஆக நிறைந்தோடும்.

இப்படியாகப் பூதங்கள் வகைப்படுத்தி ஐந்து நாழிகைகளும் ஒவ்வொரு பக்கத்திற்குச் சரியாகச் சிதையாமல் ஓடவேண்டும். இதைவிடக் குறைந்தாலும், வளர்ந்தாலும் தேகமானது நலிவடையும். இச்சரம் வசப்பட வழி தேட

வேண்டும். அவ்வாறு தேடாதபோது முன்கண்ட பயம் உண்டாகும். இல்லை என்றால் ஐந்து நாழிகையும் பூதங்களின் அளவைச் சிதறாமல் நடக்கவேண்டும். இல்லையெனில் உடலானது நலிவடையச் செய்யும்.– எ – று.

27. தத்தமது வாழ்நாள் பிரமாணம் அறிதல்

பற்றினான் சொன்னபடி அயன்முன்னாள் பகலொரு
போது உண்டு பரிசுத்தன் ஆகி
மற்றைநால் உத்தமமாம் அயனந்தன் னின்மாறி
இடந்தனிலே ஓடும் வலந்தான்
தெற்காகும் நாழிகைதான் ஐந்து நூறாம்
பெருங்கடிகை தனில்குறையும்பிராண நாச
முற்றொரு மாநாழிகைக்கோ ஆண்டுதாழு
முறையேநான்
சொன்னகணக்கு உண்மை தானே 34

(இ. ள்) சரம் பார்ப்பவருக்குச் சென்ற நாட்கள் போக மற்றும் நின்ற நாட்கள் எவ்வளவு? என்று தெளிவு பெற வேண்டும். அதெப்படியெனில் அயனசரமாம் பார்ப்பது என்றால் தை மாதம் முதல் தேதியில் தக்ஷிண காலமாகும். இவ் அயனகாலத்தில் முன்னாள் பகலில் ஒரு பொழுது அன்னமுண்டு தத்துவங்களைச் சுத்தமாக்கினால், தேகமானது மெலிந்து மனத்துக்கும் மற்ற வாயு அதிபதி கரணங்களுக்கும் வருகின்ற இடையூறு தவிர்க்கப்படும்.

திருவிதை மாதம் முதல் தேதியில் பொழுது விடிய 5 – நாழிகை இருக்கும்போது சரம் பார்த்தால் வாரம், திதி, நட்சத்திரங்களைத் தள்ளி இடப்பக்கத்தில் உதித்து முன்னே கூறியவாறு ஐந்து நாழிகைக்குள் சிதறாமல் ஓடும்.

ஆடி மாதம் முதல் தேதியில் சரம் வலப்பக்கத்தில் ஓடும். சரம் ஐந்து நாழிகைக்குள் சிதறாமல் இருந்தால் முன்கூறியபடி சரம் பார்ப்பவர் தான் செய்யும் பிராணாயாம உதவியினால் அன்று

முதல் வருகின்ற நூறு வருட காலத்திற்கும் வாழ்வார். இதுவன்றி குறைந்தால் அவ்வைந்து நாழிகையை நூற்றொரு மாதமாகவும், ஐந்தை நூறாக்கிக் குறைந்த நாழிகைக்கு ஒரு மாவோ, இரண்டு மாவோ அல்லது தன்மேல் கைபட்டவையோ அதற்கு ஒவ்வொரு மா நாழிகையைக் கணக்காக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

முழுவதுமே தப்பிச் சரம் இடத்திற்கு வலமாவும், வலத்திற்கு இடமாகவும் ஓடினால் அவனுக்கு மரணகாலம் என்று அறிதல் வேண்டும். – எ– று.

28. போஜன விதி

உண்பவனுக்கு அப்புவிடம் மதிக்குவெய்ய வுவத்தன
கைத்தனகார் தல் உண்க முன்னே
பண்பயில் செங்கதிர்க்கு நெய்பால் புளித்தல்கனல்
பாகுடனே துவர்த்தனமும் உண்டுபார்க்க
நண்பமைய வயிற்றிற்குச் சோறு பாதி
நன்னீர்கால் காற்றுக்காலாக நீல்கி
கண்பயில் நாடிகள் சுத்திபண்ணி தூபங்காட்டி
மலர் சூட்டிஇருள் கழியும்காலே 35

(இ. ள்) முன் கூறியது போல் சரம் பார்ப்பவன் சூரியகலையில் இயங்கி வருகின்றவரை உணவிற்காக மட்டுமில்லாமல், மற்றவற்றிற்காகவும் காத்திருக்க வேண்டியதில்லை.

சந்திரன் நடக்கும்போது சாப்பிடலாம். அவ்வுணவானது சூடான பண்டங்களும், உப்பு, கசப்பு, காரமாகிய பண்டங்களை வைத்துக் கொண்டு தண்ணீர் பருகாமல் உண்ணவேண்டும். சூரியன் நடந்தால் நெய், பால் புளித்தல், தித்தித்தல், துவர்த்தலாகிய பண்டங்களையே சாப்பிடலாம். தண்ணீர் பானமும் அருந்தலாம்.

சந்திரனுக்கு அப்போது கூடாதாயினும் பின்பு சூரியன் நடக்கும்போது சாப்பிட வேண்டும். இதுமாறும்போதும்,

ஆத்திரத்தினாலும், அதன் வலிவினாலும் சூரியனுக்காகக் காத்திருக்காமல் அடுத்தடுத்து வரும் சந்திரன் நின்றபோது சாப்பிட்டுக் கொண்டே வரும்போது நோய் உண்டாகும்.

இவ்வாறு சாப்பிடுபவர்களுக்கு அவ்வுணவு வயிற்றிற்குப் பாதியாகவும் மிஞ்சாமலும் போகும். மற்றப்பாதிக்கு நீர்க் காலமாகவும், வாயுகாலமாகவும் கொள்ள வேண்டும். தசநாடிகளையும், பிரணாயாம முன்னிலையில் சுத்திச் செய்து ஏகாக்கிர சித்தனாய் சரம் பார்க்கவேண்டும். – எ – று.

29. சரத்தை ஏற்றாமல் குறையாமல் தன்வசப் படுத்துதல்

கால்கொண்டு கணக்கறிவார்க்கு யாதுந்தப்பா
கருதிய எல்லாம் முடியும்காண் போர்க்கெல்லாம்
மேல்கொண்ட புவியுடனே யாப்புஉன்னி விளங்கியகால்
வானமுடன் வினவு வாக்குப்
பால்கொள் மொழியாளே! பவனங்கட்டிப் பற்றிய
ஆறு ஆதாரப் பரிசு பார்த்துச்
சால்கின்ற முதல்நாடிதன்னுள்நின்ற ததிபன்மதி
செந்தழலாம் தன்மை பாரே 36

(இ. ள்) பால்போல் இனிய சொல்லை உடைய பெண்ணே! சரம் பார்ப்பவர்களுக்கு அனுபவமிக்க நூலில் சொல்லியபடி வருமோ? அல்லது மற்ற விதியின் படி வருமோ? –என மனத்தை வருத்திக் கொள்ளாமல் உண்ணக் கூடிய முறையையும் வந்து ஒத்துக் கொள்ளுமோ? என எண்ணி மிகுந்தாலும் குறைந்தாலும் நோய் வரும். எளிதில் சரிப்பட்டு வராது. வரவில்லை என்றாலும் நன்மையாக முடியும் என வினவும் கேள்விகளுக்கு எல்லாம் நன்றானாலும், தீதானாலும் என முடிவெடுக்க வேண்டியதில்லை.

'சரம் பார்ப்பான் பரம் பார்ப்பான்' –என்பது போலச் சரத்தைக் கணக்கின்படி அறிந்து பார்க்கின்றவனுக்கு எந்தக்

காரியம் செய்தாலும் தவறாக முடியாது. அவனைக் காண்பவர்களுக்கும் நன்மையாகவே முடியும். அதெப்படி எனில் பிரதிவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாயம் – ஆகிய ஐந்து பஞ்ச பூதங்களின் தன்மையையும் கூறக் கூடியவனைத் தீமையில் விடாமல் மனத்தை அறிவுடனே கட்டி ஆராதாரத்திலுள்ள பரிசினை அறிந்து தசநாடிகளிலும் முதல் நாடியாகிய பிராண நாடியினின்று மற்ற நாடிகள் துதித்தோடும். சந்திரன், சூரியன் வன்னி என்னும் இம்மூன்றின் குணங்களையும் பார்த்தால் கைக்கனி போல் எளிதில் தெரியவரும். – எ – று.

30. சரம்பார்ப்பவர்களுக்கு நன்மை தீமை மரண காலத்தை அறிவதற்குச் சாயாபுருசனின் தரிசனம்

பாரிலொத்த நிலத்து அல் வான் களங்கமற்றர் பத்தடிக்
குள்அஞ்சடியாம் பருவம் தன்னில்
சீறியமெய்ந் நிழல்கழுத்து கைகால் சென்னிசிமிட்டிப்
பார்த்திமையாமல் திகழ்வான் பார்க்கில்
கூர்உருவம் பொன்கண்டால் செல்வம் வெள்ளை குறைவில்
உயிர் மெய்மைஉயி ர்இளைக்கும் குற்றம்
கார்உருநோய்ஆறு பிறைகைகால் குன்றில் கங்குறையின்
முப்பிறையிற் காட்டும் சாவே 37

(இ. ள்) பூமியிலே மேடு, பள்ளமில்லாத இடத்தில் அதாவது ஆகாயத்தில் மேக மறைவில்லாத வெயில் காயும் போது தன்னிழல் ஐந்தடி நீளம் முதல் பத்தடிக்குட்பட்ட தருணத்தில் தான் அந்நிழலின் முகமாக நின்று கைகள் இரண்டையும் தொங்கவிட்டுக் கண்கள் இமைக்காமல் அந்நிழலில் தலை, கழுத்து, கைகள், கால்கள் இவ்வுறுப்புகளில் ஒன்றைப் பார்த்து அப்படியே இமைக்காமல் ஆகாயத்தைப் பார்த்தால் அங்கே அவன் உருவம் தோன்றும்.

அவ்வாறு தோன்றும் உருவம் பொன்னிறமாய் இருந்தால் அவனுக்குச் செல்வம் வரும்.

வெண்மையாக இருந்தால் பிராண பயமில்லை. ஆயுள் விருத்தியாகும்.

செம்மையாக இருந்தால் ஆயுள் குறையும்.அதில் ஒரு குறையும் ஏற்படும்.

கருமையாக இருந்தால் நலிவு ஏற்படும். அந்த உருவத்தில் கைகளாவது, கால்களாவது தோன்றாமல் இருந்தால் ஆறு மாதத்திற்குள் மரணம் ஏற்படும். இதுவன்றித் தலையே காணாமல் முண்டமாய்த் தோன்றினால் மூன்று மாதத்தில் மரணம் ஏற்படும்.

இதேப்போல் சந்திரனிலும் பார்ப்பதுண்டு. இதனை, 'மாயா புருசத் தரிசனம்' – என்றும் கூறுவர். இம்மாயா புருசத் தரிசனத்தைத் தொடர்ந்து பன்னிரண்டு வருடங்கள் பார்த்துக் கொண்டு வந்தால் தன் முன் நிற்கும் நிழல் தன்னுடன் பேசும். பேச்சில் அதன் முகாந்தரமாய் அஷ்டமாசித்தியையும் பெற முடியும். அப்படிப் பெறுவதுடன் பின்னும் சிலநாட்களில் அந்நிழல் ஓர் ஆள் உருவமாகித் தன்னுடனே வரும். அவ்வுருவம் படுத்தால் தானும் படுக்கும். எழுந்தால் தன்னுடன் தானும் எழும். இவனுக்கு வரும் நன்மை தீமைகளை முன்னதாக உணர்த்தும். இன்னமும் இப்படிப்பட்ட அனேக அற்புதங்கள் நிகழும் என்று பெரியோர் சொல்வர். – எ – று.

31. மரண இலக்கண வில்லுருவின் பயன்

காட்டியகான் நிழல்தனக்கு முன்பின்னாகக்
கடிபுனல்வாய்
கொண்டுஅகல்வான் களங்கம் அற்றால்
பூட்டியநீர் துகள்பிறக்க உமிழ்தால்வானில் பொருந்த
வில்லைந்துஉருவாய்ப் பொலிந்து தோன்று
மீட்டியவில்லுருவுளதே ஆண்டு வாழ்வ ன்இதுமுதல்
இவ்வாண்டில் இறந்து போவான்

கோட்டியவில் லுருமுறிய வணங்குதோன்றில்
கொண்டுபோம் பிறையாறில் குறித்துக் கூற்றே 38

(இ. ள்) வானில் களங்கமில்லாமல் சூரியன் ஏறுகையில் மர நிழல், வீட்டின் தாழ்வார நிழல் அப்படிப்பட்ட எந்த நிழலிலும் தனக்கு முன்னிருக்கின்றவன் சரம் பார்த்தால் பின்னாலிருந்து வாய் நிறைய சலங்கொண்டு அந்நிழலின் அருகில் துகளானது அணுப்போல் பறக்க ஓரே தரமாக உமிழ்ந்து அத்துகளினைப் பார்த்தால் அதில் திர தனுசு ஐந்து வண்ணங்களுடன் தோன்றும். அவ்வாறு தோன்றும்போது பார்க்கின்றவனுக்கு அன்று முதல் ஒரு வருடத்திற்கும் சாவில்லை. அதே இடத்தில் ஒரு பெண் இருந்தால் ஆறு மாதத்திற்குள் இறந்து போவான்.—எ— று.

32. சந்திரன் சூரியனைப் பார்க்கும் இலக்கணம்

குறிகொண்டநிறைமதியும்தன்னில்குலவியதோர்
செப்பகலில்
ஓர்நெய்விட்டு எரிகின்ற மதிக்கதிரைப் பகற்
கதிரை பார்த்தலியல வெண்மை செம்மை
பொன்மை பசுமை கருப்பென்னில்
நெறிகொண்டவுயிர் வாழ்வுகெட நோய்சாதல்நிரை நிரையே
அறியிதனில் தெற்கு மேற்கு
மறிகின்ற வடக்குடனே கிழக்குநடு குறைந்தாலாண்டு
திங்களாறு மூன்றொன்றுநாட் பத்தழிவே 39

(இ. ள்) ஒரு நண்பகலில் பசுவின் நெய்யை உருக்கி அதில், பூரண சந்திரனை அல்லது அமாவாசையின் போது சூரியனைப் பார்த்தால் அதில் தோன்றுகின்ற சந்திரன் அல்லது சூரியன் வெண்மை, செம்மை, பொன்மை, பசுமை, கருமை இவ்வைந்தில் ஒன்று உள்ளதாகத் தோன்றும்.

வெண்மையாகத் தோன்றினால் உயிருக்கு அபாயமில்லை.
செம்மையாகத் தோன்றினால் நல் வாழ்வு உண்டாகும்.
பொன்மையாகத் தோன்றினால் கேடு உண்டாகும்.
பசுமையாகத் தோன்றினால் நோய் வரும்.

கருமையாகத் தோன்றினால் சாவு வரும். அதிலும் அப்படிச் சாகின்றவனுக்குக் காலம் எப்போது எனில் ? தென்புற வட்டம் குறைந்தால் ஒருவருடம் எனவும், மேற்புற வட்டம் குறைந்தால் ஆறுமாதம் எனவும், வடபுற வட்டம் குறைந்தால் மூன்று மாதம் எனவும், கீழ்ப்புற வட்டமெனில் ஒரு மாதம் எனவும், நடுவே தொல்லையாய் இருந்தால் பத்துநாள் எனவும், நிறைமதியுமான பௌர்ணமியும், குறைமதியுமான அமாவாசையும் என அறிய வேண்டும். – எ–று.

33. சரீரபழுது முதலான மரண இலக்கணம்

அழிந்திடும் கைகால்நெற்றிக் கன்னந்தம் மில்அலர்ந்து
துடிப்புஅறிவு வறண்டு திங்கள் ஆறு
மொழிந்த திங்கள்மூன்றுநாள் பத்தில்ஆவி
முடிந்துவிடும் இதுவொழிய செவியிலோசை
ஒழிந்திடு நாளெழுகண்ணி ளொளி தானைந்தாம்
உயர்ந்த
மணமூன்றுஇரண்டில் உரைவேறானால்
கழிந்திடு நல்லுயிரென்று கருதியீசன் கழலிணையைப்
போற்றில் வினை கழிந்துபோமே 40

(இ. ள்) கை, கால், நெற்றி, கன்னம் இவை அடர்ந்து துடித்தால் மரணகாலம் வந்ததென அறியவேண்டும். அதிலும் கை துடித்தால் ஒரு வருடம், கால் துடித்தால் ஆறு மாதம், நெற்றி துடித்தால் மூன்று மாதம் எனக் கொள்ளவேண்டும். இதுமட்டுமல்லாமல் காது கேளாவிட்டால் ஏழு நாளில் மரணம். கண் பார்வை மங்கினால் ஐந்து நாளில் மரணம். மூக்கில் கந்தம் (இரத்தம்) போனால் மூன்று நாளில் மரணம். வாய்க் குழறிப் பேச்சழிந்தால் இரண்டு நாளில் மரணம். இதை அறிந்து கடவுளின் பாதங்களை நினைத்துப் போற்றினால் வினை என்பது இருக்காது. அங்ஙனமே கழிந்து போகும். – எ – று.

34. உசுவாச நிசுவாசங்களின் பயன்

போம்வாயு சிவமுள்ளே புகுதல்சத்தி போகில்விட
உலகில்அமுதம் புகன்ற எல்லா
ஆம்வாயு புகில்போகில் அல்லவாகு மடங்கில்விடம்
கெடும்போகில் அகலும் பாவம்
தேமேசத்தி இரண்டொற்றை யீசன் செவியில்
போவார் வருவர் சரமீளுமாகில்
ஓம்மேவுஉயிர் போகினோயா மற்றதுஉட்புகில்
நோயாகா மெய் யுரைத்தோம் நாமே 41

(இ. ள்) உசுவாசம், நிசுவாசம் அல்லது ரேசக பூரக காலபலனைச் சொல்லும்போது உடலை விட்டுப் போகின்ற வாயுவே சிவம். உட்புகுந்து சத்தி சரமாக வெளிப்படும். இவை வெளிப்படும் போதெல்லாம் விடம் உண்பதற்குச் சமமாகும்.

உட்புகுமானால் அமுதம் உண்பதற்குச் சமமாகும். அதாவது சரியான வகையில் சரம் உள்ளே போகும்போது ஒருவன் சொன்னது அல்லது நினைத்த காரியம் நடக்கும்.

வெளிவிடுகையில் தீமையாக அமையும். அந்த வாயு கும்பகத் தடங்கல் ஏற்பட்டால் உண்ட விடம் கெடும். அடங்கியது நடுநாசியில் போனால் நன்மையாகும்.

அதாவது ஒருவன் வந்து குறி கேட்டால் முதற் சொன்ன எழுத்தை எண்ணிப் பார்த்தால் ஒற்றையாக வரவேண்டும். அவ்வாறு வந்தால் சிவன் என்பர்.

இரட்டை என்றால் சத்தி கூறுவதாகக் கொள்ளவேண்டும். சரம் வெளியே போகும்போது ஒருவன் வந்து இன்னான் போவானா ? வருவானா ? எனில் சரம் உட்புகும்போது வருவான், சரம் வெளிப் போகும்போது போவான் என உரைப்பர். மாறுபட்டு வினவினால் சரிப்படாது.

போகும்போது போவான் அல்லது வரும்போது வருவான் அல்லது சரம் போகும்போது நோய் தீராது. சரம் புகும்போது தீரும். — எ — று.

35. குறி சொல்லவும் போர் புரியவும் மார்க்கம்

உரைத்தொரு வன்நிறைவில்போம் குறைவில்உறத்
தீதாம்உயிரில்
புறத்துரைத்து நிறைபுறத்துற மத்திமமாம்
நிறைந்தநிறை பக்கத்தில்நின்றிட நன்மையதாம்
நிறைமதியம்
தனிலேகில் நேர்ந்திடும் போர்க்களத்து
வரைத்தசெழுங் கதிர்வெட்ட வல்லவனே தோற்பன்!
வாகான சந்திரனே வெல்ல மாட்டான்!
விரித்தகதிரினில் ஏகி வெங்கதிரில் வெட்டமேனியிலும்
வடுப்படான் வெல்வான் றானே 42

(இ. ள்) குறி கேட்க வந்தவன் ஒருவன் தன் காரியத்தைச் சொல்லிக் கொண்டே முன்னர் பூரணத்தில் வந்தாலும், பின்னர் சூனியத்தில் திசை வந்துவிடுமானால் அக்காரியம் தீமையாக முடியும். முன்பு சூனியத்தில் வந்து பின்பு பூரணத்தில் வருவானெனில் மத்திமத்தில் முடியும்.

இவ்விரண்டும் மாறுபாடு இல்லாமல் வந்தவன் எதுவும் கூறாமல் பூரணப்பக்கத்திலேயே நின்று இருந்து, பின் தான் வந்தக் காரியத்தைச் சொல்லி முடித்து விடுவானெனில் அக்கருமம் நன்றாக அமையும்.

போர்க் குறியைச் சொல்லும் போதும், சந்திரகலையில் இருக்கும்போதும் சென்று சூரியனியங்கும்போதும், களத்திலே நேரில் எதிரி எப்படிப்பட்டவனாக இருந்தாலும் தோல்வியடைந்து வருவான்.

இப்படியில்லாமல் சந்திரனியங்கும் போது புறப்பட்டு, சந்திரன் நின்றபோதே போர்க்களத்தில் தோற்றுப் போவான். சூரியன் நின்றபோது புறப்பட்டு, அச்சூரியன் இருக்கவே போரில் வெல்வதிலும் தன் மேல் ஓர் ஆயுதமும் படாமல் வென்று வருவான். – எ – று.

36. போரில் வெல்ல மார்க்கம்

வெல்வன மரிருவர் போழுத்தினையும் எண்ணின்மிகுந்த
எழுத்துடைய அ, இ, உ, எ, ஒ வென்னு
நல்லலெழுத்துடனே ஆ, ஈ, ஊ, ஏ, ஓ கூட்டி நலந்திகழ்
பாலன் குமார அரசனே விருத்தன்
சொல்லுமவர் பேரின்முதலெழுத்தில் உயிரெழுத்தைத்
துலங்கியஅவத்தானத்திலது நிறைவேகூட்டில்
எல்லைமுதற்றுஆத்தில் எழுத்துடையோன் வெல்வன்
இருவரையும்
இவரால் சாம்இரட்டை எழுத்தோனே 43

(இ. ள்) அ, ஆ, இ, ஈ, உ, ஊ, எ, ஏ, ஒ, ஓ இவை முதலாவது பாலன் எனக் கூறெனவும், இரண்டாவது குமரன் எனக் கூறெனவும் மூன்றாவது அரசன் எனக் கூறெனவும் மற்ற இரண்டும் விருத்தன் எனக் கூறெனவும் கொள்ள வேண்டியது.

இதில் சண்டைக்காரனுடைய பேரில் முதலெழுத்தைப் பார்க்கும் போது 'ஆ' வொலியே, 'லா' உடனேயும், 'ஈ' யொலியே 'லீ' உடனேயும், 'ஊ' வொலியே 'லூ' உடனேயும், 'ஏ'யொலியே 'லே' உடனேயும் 'ஓ' ஒலியே 'லோ' உடனேயும் கூட்டிக் கொண்டு அவர்களை இவ்வெழுத்துகளின் படி பாலன், குமரன், அரசன் என்பர்.

விருத்தனாக்கிப் பாலன் எனவும், குமரனையும் அரசனையும் வெல்வான் எனவும், விருத்தன் மற்றவர்களால் படுவான் எனவும் சொல்வர். அதிலும் எ. ஏ, ஒ, ஓ விருத்தன் கூறு இவ்விரண்டு எழுத்துகளைக் கொண்டவன் அவர்களாலேயே படுவான்.–எ – று.

37. கர்ப்பக்குறியின் முறை

இரட்டையாம் உபயத்தில் கேட்டபிள்ளை இனிய
பூரணத்தில்ஆண் சூனியத்தில் பெண்ணாம்
மருக்குழலாள்இடத்துஉயிரை விடியகால மகிணன்
வலத்துயிர் அதனால் வாங்க நட்பாம்
தரிக்குநிலம் புதன் வெய்யோ ன்அப்புமந்தன் சந்திரன்
தீ வியாழன்சேய் தண்கால் வெள்ளி
நெருங்கிய அம்பரம் பூதம் கிழமையிந்த நெறிநிற்கி
நன்மை மிக நிகழுந்தானே 44

(இ. ள்) முன் சொன்ன கர்ப்பக்குறிகளுக்கு எல்லாம் இதுவும் ஒன்றாகும். உபயசரம் நடக்கும்போது கேட்கப் பெற்றபிள்ளை இரட்டைப்பேர் எனலாம். அதாவது வைகறைப் பொழுதில் மனைவிக்குச் சரம் இடப் பக்கத்தில் நடந்து மகிழ்ந்தவனுக்கு வலத்தில் நடந்தால் யமனுக்கு ஆட்படுவாள். அவ்வலச்சரத்தாற்றானே வாங்கி உட்கொள்ளும் சுவாசம் செய்து கொண்டு வருவானெனில் மனைவியை இவன் வசப் படுத்துவான். பிறர் முகம் நோக்கும் கருத்து இல்லாதவள். அப்படி வாங்குவது பன்னிரண்டு தரம் வாங்கி உட்கொண்டதற்குச் சமமாக மதிக்கப்படும் எனவும் கூறுவர்.

இவை அல்லாமல் வாரசரங்கள் எந்தெந்தப் பூதங்களில் உதிக்க வேண்டும் எனில், புதன் பிருதிவியிலும், ஞாயிறு அப்புவிலும், சனி தேயுவிலும், வியாழனும் செவ்வாயும் வாயுவிலும், வெள்ளி ஆகாயத்திலும் உதிக்க வேண்டும். அப்படி உதிக்கும் காலத்தில் அவ்வாரம் சரியாக நடந்து அதனால் மிகுந்த பலனைத் தரும். – எ – று.

38. இன்னதற்கு மூலம் இன்னவை எனல்

நிகழ்புவிக்கு மூலநீர்வாயு சீவநெறிதாது கனல்
விண்ணா நினைக்குங் காலை

புகழுடனே பூதத்திற்கு உளதேசொல்க பொருவில்
சரராசி வெய்யோன் புதுவெண்திங்கள்
மகிழ்கொள் திரராசியாம் உபயராசி மறங்கிளரும்
சுழிமுனையாம் வாரந்தோறும்
பகுதல்படர்ந்துயிர் பலிக்கு நிலைமை தன்னைப்
பங்கய வாதத்திருந்து பரிந்துபாரே 45

(இ. ள்) பிருதிவிக்கு மூலம் 8 – ஆகும். சீவன் 1 – ஆகாது. இப்படி நிரைநிரையே ஒன்றுக்கொன்று ஆதாரமாய் வரும். அவற்றை விவரமாக இங்குக் கூறவில்லை. ஆனாலும் இதனையும் சர ராசியாகிய சூரியனையும், திர இராசியாகிய சந்திரனையும், உபய இராசியாகிய சுழிமுனையையும், மற்றவற்றின் பயன் முதலிய கூறுகளையும் பங்கயாதனத்தில் இருந்து பரிவுற்றுச் சிவயோகம் செய்வதால் அல்லது நன்கு உணர்வது என்பது அரிதாகும். உயிரானது பாழாகாது. சீவன் முத்தி பெற அதுமார்க்கம் இல்லை என்றாலும் அதுவும் அலம் போகும் என்பதை அறியவேண்டும். – எ – று.

39. மூன்று நாடிகளின் முறைமை

பாரிதனைக் கதிர்மதிச்சன் வாழ்வுகேடு பண்டநிலையிம்
மூன்றும் பரிந்து கேட்கில்
மோடரும் செல்வம்வரும் வெய்யோனாகில் வெண்
மதியக்கோடாகும் விரைந்து வாயும்
தீரமிகு சுழிமுனை தானாகில் முன்பின்
சிறுகாலும் பெருகாது தேவர் ஆனோர்
போர்அருகில் வருமெனினும் மதியில்வாரார் பொங்கிய
செங்கதிர் வருவர் புகன்றோம் நாமே 46

(இ. ள்) யாம் சொன்ன இச்சரநூலைப் பரிவுடன் கேட்பாயாக. சூரியன், சந்திரன், சுழிமுனை என்னும் இம்மூன்று நாடிகளுக்குள்ளும் வாழ்வு கேடு நிலைமை என்கின்ற மூன்று கருமங்களையும் நிதானமாகப் பலன்களைக் கேட்குமிடத்தில் சூரியனாகில் நன்மையும் மிகுந்த செல்வத்தையும்

அடைவார்கள். சந்திரனாகில் கேடு முதலிய கன்னியக் குறைவும் ஏற்படும்.

சுழிமுனையாகில் முன்புள்ளபடி ஏறாமல் குறையாமல் நிறைவாகும். அதுமட்டுமில்லாமல் தேவாதி தேவர்களாலே வசீகரப்பட்டவனாகிலும் வெற்றியுடன் முன்னிலையில் வருமென உறுதியாகக் கூறமுடியாது. சந்திரனே அதிகமாக வியக்கும் படி வந்தாலும் வரமாட்டார். சூரியனே அதிகப்பட்டால் வருவார் என்பது உறுதியாகும் – எ – று.

40. உயசாத்தம்

நாதமுரைத்த தொகையளவும் சூரியனோடாம்
நன்மதிய மேல்வாயு நடக்குமாகில்
தாமிளைத்தல் கிளையிளைத்தல் பொருள்கோடாதல்
சாகுவர்உருண்டாதல்இவை தப்பா தாகும்
போமிடத்தின் மதியாகின் மருத்தைப் போக்கிப்
பொருந்துமடி இரட்டித்துப் போகநன்றாக
தேமருவு கதிராகில் உயிருள் வாங்கித்
திகழும்வலக் காலொற்றில் செல்க நன்றே 47

(இ. ள்) முன்னே கூறியவாறு சந்திரன் அதிகமாக இருந்தால் தமக்குக் கேடு வருவதோடு மட்டுமில்லாமல் பந்துக்களுக்கும் இதேபோன்றே கேடு வரும். சத்துருக்கள் தோன்றுவது தப்பாது. சந்திரனில் போக வேண்டிய காரியமல்லாத காரியமாகப் போகும் போது சந்திரன் நடந்தால் சரத்தை நீளவெளி விட்டு அப்பக்கத்திலேயே இரண்டு மூன்றடி முந்தி வைத்துக் கொண்டு போக வேண்டும். சூரியனில் போக வேண்டிய காரியமில்லாத காரியங்களுக்குப் போகும்போது சூரியனிடத்தால் அச்சரத்தை உள்ளே வாங்கி அல்லது முன்னிட்டுக் கொண்டு போகவேண்டும். அப்படிப் போனால் போகும் காரியம் நன்றாக நடக்கும் – எ . று.

41. சந்திரகலையில் அடங்கும் பூதங்கள்

செல்லுமதி தனிநிலத்தில் சரித்திடில்திண்வாயு
சிவாலயங் கண்மதில் செய்கால் இல்லங்கட்ட
நல்லமுடிசூட்டல் குடிபுகுதல் போக்குநயந்து மரம்
வைத்தல்நன்று நளிநீர்தன்னில்
ஒல்லை நறுமணவாவிகுளஞ் சாலைவைக்க உழ
விரைக்க மணமுளதேல் உவக்கவாகு
நல்லழலில் தீப் பிணியாம் காற்றிலால்ஆனை
நற்பரிதேர் ஓட்டகங்கள் நாவாயோட்டே 48

(இ. ள்) சந்திரகலையில் பிருதிவி நடந்தால் சிவாலயம் மதில் வீடு கட்டவும், குடிபுகவும், பொழுதுபோக்கான காரியங்களில் ஈடுபடவும், சாந்தி கழிக்கவும், மரம் வைக்கவும் நன்றாகும்.

அப்புவாகில் குளம் முதலியன வெட்டுதல், சோலை அமைத்தல், நிலத்தை உழுதல், விதைத்தல், விவாகம் செய்தல் நன்றாகும்.

தேயுவாகில் பிணி தீர்க்கலாம். வாயுவாகில் குதிரை, தேர், கப்பல் முதலியன ஓட்டவும் வாய்ப்பு கிடைக்கலாம் – எ. று.

ஓட்டிய வானத்தில் செபிக்கவிற்போர் செய்யஉள்ளம்
இப்பின்கலைக்கும் ஓக்கும்ஈதே சொல்க
நாட்டுமதி வெயிற்கதிரோன் திக்கிலந்த
நாடிகளில் பூரணைச் சென்றேயாகும்
மீட்டுதிசை பிடித்தவைகள் செயல்கள்ஆண்
பெண் இயங்கிடலும் சூனிப்பூரணம் எழுத்தும்
வாட்டமறமதித்தெண்ணி நிருமித்தற்கு
வல்லவனே சரம்பார்க்க வல்லவன் அன்றே 49

(இ. ள்) ஆகாயத்தில் மந்திரம் உபசரிக்கக் கூடியவன், விற்போர் செய்ய வெற்றி பெறுவான். இதுவே சூரியகலைக்கும்

வரும். இந்தச் சூரியக்கலையில் சூரியன் நின்ற திசையானாலும், சூரியனே ஆனாலும் சந்திர திசையானாலும் அல்லது சந்திரனே ஆனாலும் வந்தவன் பூரணப் பட்சத்தில் வந்தால் அவன் வந்தக் காரியம் நன்றாக அமையும். இவை போக திசை ஆண், பெண், சூனியம் பூரணம், எழுத்து இவை முதலாகச் சொல்லப்பட்ட இச்சரநூலினுள் நுட்பப் பொருளைக் கண்டு இது இன்னதென்று நிரூபிக்க வல்லவனாகவும் சரம் பார்க்க வல்லவனாகவும் இருப்பான். பார்க்க இயலாதவன் எதனையும் அறியாதவன் ஆவான். எ – று.

42. சரம் பார்ப்போர் இயல்பு

நன்றானமறைவல்லோர் சலமானாலென் நாம்உரைத்த
சரநூல் நடை தப்பாமல்
என்றாரும் பார்ப்பவரே பூமிதேவ ர்இசைத்த மானிடப்
பிறப்பின் இன்பம் கொள்வார்
குன்றாதமாபரவை யெரும்புதானும் கொடிமருந்தின்
அளவரிந்து கொண்டு வாழ்ந்து
பெண்டான தெய்வீகம் பொருந்துவார்கள் புகுவார்
பின்பிறப்பில் புகலாதாரே 50

(இ. ள்) நல்ல பிராமணக் குலத்தில் பிறந்திருந்தாலும் அல்லது இழிவான குலத்தில் பிறந்திருந்தாலும் இந்தச் சரநூலை உணர்ந்து இதன்படி நடந்து பார்ப்பவரே பிராமணர் ஆவர். சராசரங்களுடைய தன்மைகளை அறிந்தவராக இப்பூமியின் கண் இவரே தேவரென அனைவராலும் வணங்கப்பட்டு வாழ்ந்து பரம் பொருளில் கலப்பர். இதனைப் பார்க்கமாட்டாதவர் இழிந்த குரு புத்தினராகப் பின் பிறப்பில் பிடித்துக் கொண்டிருப்பார்கள். – எ – று.

புன்பிறப்பில் பிறக்கினும் சற்குருமுகத்தால் பொருந்திய
இச்சரநூலைப் புகழக் கேட்டு
நன்குணர்ந்து நெறிநடம் போல் யாவரேனும் நாம்அவன்
ஒன்றிரண்டில்லை நல்லாகேட்கின்

மின்பிறக்கும் செந்தழலை அடுத்தவெல்லாம் மிக்கதழல்
வடிவான விதமே போலத்
தன்பிறப்பில் இனிபிறவான் வசமேசாகான் சடைமேனாம்
அணிந்த சந்திரன் ஒப்பானே 51

(இ. ள்) இழிந்தகுலத்தில் பிறந்தவன் ஆனாலும் குருமுகமாக இச்சரநூலைச் சொல்லக்கேட்டு இதனை உணர்ந்து இவ்வழியிலேயே நடப்பவன் யாராக இருந்தாலும் அவன் யாமே ஆவன். வேற்றுமையில்லை. நெருப்பானது தன்னை அடைந்தவற்றையும் தன்னுருவாக்கிக் கொள்ளும் இயல்பைக் கொண்டது போல் அவன் யாமே ஆவான். அவமானமாய்ப் பிறந்திட்டவனும் இனிமேல் நல்லவன் என்று சொல்லுமளவிற்குச் சடாமுடியில் அணிந்திருக்கும் சந்திரனைப் போல் என்மேல் வீற்றிருப்பான் என்று உரைத்து முடிக்கின்றார் – எ – று.

உ

III. தெய்விகத் தன்மை விளங்கிய ஔவையார் திருவாய் மலர்ந்தருளிய உயர்ஞான சரநூல்

விநாயகர் துதி

அறுசீர்க் கழிநெடில் ஆசிரிய விருத்தம்

மணக்குமலர்க் காவளப்பான் காழிதனில்
சதகிருது வணங்கி யேத்தப்
பணைக்கரத்து குறுமுனிவன் கமண்டலத்தைக்
ககவுருவாய்ப் பரிந்து சாய்த்தாம்
கணைக்கடங்காப் பிரவாகம் செய்தருள் மதா
வளவான அனத்தான் செம்பொற்
துணைக்கமலம் போற்றியௌவை ஞானசர
நூற்காதை சொல்லு வாமே

அவையடக்கம்

பித்தன்நான் ஆய்ந்துணராப் பேரான காரியத்தை
சத்தமிட்டுக் கூறுந் தன்மையால் – இத்தரையில்
கற்றேன்போல் யானும் கழறுமிதைக் கற்றோர்கள்
குற்றமாய்க் கொள்ளார் – குறித்து.

1 – ஆவது சரத்தின் விவரம்

சரமென்பது கலை, வாசி, சுவாசம், மூச்சு, பிராணன், ஆத்மா என்பதாகும். அதனால் உன் நாசியில் வரும் சுவாசமாகிய காற்றை நீ முதலாவதாக அறிதல் வேண்டும்.

2 – ஆவது சரத்தின் விவரம்

உன் நாடியில் வரும் சுவாசம் இரு வகைப்படும். அது இடப்புறம், வலப்புறமாக ஓடிக் கொண்டே இருக்கும். வலப்புறத்தில் வரும் சுவாசத்தின் பெயர் சூரிய கலை என்றும், இரவி சரமென்றும் ஆதிபுரமென்றும் கதிரவன் திசை, சூரிய திசையென்றும், தினகரன் பக்கமென்றும், ஆதவன் திசையென்றும், அலரி பாரிசமென்றும் இதனையே பிங்கலை என்றும் சொல்லுவர்.

இடச்சாரத்தைச் சந்திரனென்றும் அதாவது இடப் புறமாக வரும் சுவாசத்தின் பெயரை, சேரமன் கலையென்றும், சந்தினாசி என்றும், திங்கள் புரமென்றும், மதி திசையென்றும் இதனையே பெண் சரமென்றும் சொல்லத் தகுந்தவையாகும்.

இவ்விரண்டையும் ஆராய்ந்து பார்க்கும்போது மத்தியில் இருபுறமும் நிறைந்தோடும்போது சுழிமுனை என்றும், ஜோதிவிச்சி என்றும், மயிர்ப்பாலமுதுகென்றும், சூனிய சரமென்றும், அக்கினி பாரிசமென்றும், நெருப்பாரின் படி என்றும், சூனியக் கலை என்றும், அலி என்றும் கூறுவர்.

3 – ஆவது சரத்தின் விவரம்

சூரிய கலை என்னும் ரவியானது 5 நாழிகை அளவும், சந்திரன் மேற்படி 5 – நாழிகை நடக்கும். வேறாக மாறாது. சூனியம் எனில் 5 வினாடி நடப்பதாகும். சூரியன் நடக்கும்போது வெளி விடுகையில் 5 மாத்திரை அளவும், உட்புகும் போது 6 மாத்திரை அளவாகவும் அமையும். சூனியம் எனில் ரேசக, பூரகமெனும் இவை இரண்டும் சமயங்களிலும் 5 – ஆவது மாத்திரையில் முறையே சந்திரனும், சூரியனும் நடப்பது போலாகும்.

4 – ஆவது சரம் பார்ப்போர் அளவும் ஒழுக்கமும்

சரம் பார்ப்போர் யாராக இருந்தாலும் அவரவர் மரபிற்கு ஏற்றவாறு சத்குருவை அடைந்து அவ்வாசிரியரைத் தன்

தந்தையைப் போல் அனுசரித்து மனப்பூர்வமாய்த் தொண்டு செய்யவேண்டும்.

சரம் பார்ப்போர் இரவில் அதிகத் தூக்கத்தை விரும்பாமலும், மக்கள் கூட்டங்களில் நெருங்காமலும், சரீர பலமிகுந்தும், மனநெருக்கமும் தருமசிந்தை உள்ளவராகவும் இருத்தல் வேண்டும்.

அவர்களுக்கு ஆசனமாகப் பயன்படுவது மனைவியின் வழி வந்த வெள்ளை ஆடையுடன் கூடிய பத்மாசனம், யோகத்தை விரும்பும் சன்னியாசிகளுக்கு இரத்தினக் கம்பளம், வியாக்கிரமாசனம், மான் தோலாசனம், ஞானமதிப் பாலுண்ணும் மகான்களுக்கு தர்ப்பாசனத்துடன் காரண ஆசனமாகிய சிங்க ஆசனம், கோமுக ஆசனம், கருட ஆசனம் இவையனைத்தும் நலமாக அமையும்.

5 – ஆவது சிவராஜ யோகமாகிய வாசி யோக அப்பாசிகள் சரம் நடத்த வேண்டிய காலமும் அளவும் கூடிய வாரசரம்

ஞாயிறு, சனி, செவ்வாய் – இம்மூன்று நாட்களில் சூரியனும் வெள்ளி, திங்கள், புதன் – ஆகிய மூன்று நாட்களில் சந்திரனும் நடந்தால் உத்தமம்.

மேற்கூறிய காலங்களில் சூரிய, சந்திர நாட்களில் எக்காலங்களில் சரம் நடத்த வேண்டும் என்று கேட்டால் அதிகாலையில் 25 – நாழிகை முதல் 30 – நாழிகை வரையிலும் நடத்துதல் வேண்டும். வியாழன் என்றால் வளர்பிறையில் சந்திரனையும், தேய்பிறையில் சூரியனின் காலங்களிலும் நடத்துதல் வேண்டும். ஆயினும் சனி வாரத்தில் 25 – நாழிகை முதல் 30 – நாழிகை வரையிலும் சூரியனையும் நடத்துதல் உத்தமத்திலும் உத்தமம்.

மேற்கூறிய சரம் வினையளவாக நடக்காமல் இருந்தாலும், குரு அனுக்கிரகிப்பராயின் சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் நீங்கி வேண்டிய சரம் புற்றிலிருந்து சர்ப்பம் சீறுவது போல், அளவற்ற ஆனந்தத்துடன் வெளிப்படுதலும் உண்மையாகும்.

6 – ஆவது ஆசானளவு

ஆசானென்பது பரம இரகசியமாகிய கடவுளின் காருண்ணிய திருவருளே ஆகும். அத்திருவருளுக்குச் சமமான அவதாரமாக எண்ணுதல் வேண்டும். அதாவது சதா தன் சாதனையை உள்ளும், புறமும் மறவாத சிவபக்தியையே முழுமையாகக் கொண்டவராகவும், வைராக்கியப் புத்தி உள்ளவராகவும், சாத்திரங்களையும், புராணங்களையும், மரபு நூல்களையும் செம்மையாகக் கற்று உயர்ந்தவராகவும், நல்லொழுக்கம், நன்னடக்கம், பளிங்கு போன்ற மனம், வாசியை நேசித்தவருமாகிய குணங்களை உடைய புண்ணிய மகான்களையே ஆசானெனத் தகுந்தவராவார்.

7 – ஆவது சரம் நடக்காததற்குக் காரணமும் நடத்தும் வல்லமை பெறுதலும்

சரியான காலங்களில் சரம் நடத்தாமல் இருப்பதும்,

நடந்ததை அறியாமல் இருப்பதும்,

நடத்துதல் உண்மை என்று அறியாமையாலும் நடத்தும் காலங்களில் கண் விழிக்காமல் இருப்பதும்,

ஒழுங்கீனமாய் பாவிப்பதும்,

தான் நடத்தும் துர்ச் செய்கைகளினாலும் எந்நேரமும் பெண்களிடம் தவறான முறையில் பிரியப்படுவதும்,

திரேக வலு இல்லாமல் இருத்தலும்,

உண்ணும் உணவின் பேதங்களாலும் வியாதியினால் மெலிவதும்,

பெரியோரை மதியாததாலும் எப்பொழுதும் தீமையே மனத்தில் குடிபுகுவதும்,

பொய் பேசுவதில் விருப்பம் கொள்ளாமல் இருப்பதும்,
முறையாக எதையும் செய்யாமல் இருப்பதும்,
அவைக்குரிய பத்திய மார்க்கத்தை அனுசரிக்காமல் இருப்பதும் சரம் விகற்பப்படும்.

மேற்கூறியவற்றை முறையாக அனுசரித்து நடப்பதே சரம் நடத்தலுக்குரிய ஒழுக்கமாகும்.

8 – ஆவது சரம் நடத்துபவரின் பத்தியமுறை

சரம் நடத்தும் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு நாளும் அதிகாலை 22 $^1/_2$ – நாழிகைக்குள் கண் விழித்தல் வேண்டும். 25 – நாழிகை வரையில் சரம் நடக்க முயற்சி செய்வதோடு தரும தேவதைகளின் பக்தி, குரு விசுவாசம், தாய்தந்தையாகிய பெரியோரின் அன்பு முதலான இவைகளில் மனம் சஞ்சலப்படாமல் மேற்கூறிய அனைத்தையும் 25 – நாழிகைக்குள் சரத்தை வசப்படுத்துதல் வேண்டும்.

மேற்கூறிய நாழிகைக்கு மேல் 5 – நாழிகையளவும் விகற்பம் நேரிடாமல் காத்துக் கொண்டிருக்கவேண்டும். பின் ஆசனத்திலிருந்து எழுந்து மலசலம் விடுத்து தந்த சுத்தி முடித்துக் கொண்டு ஒரு நாழிகையளவு பரம்பொருளாகிய ஸ்ரீவிநாயகக் கடவுளைத் தியானித்து 5 – வராகனெடை கோமதம், $1^1/_2$ வராகனெடை சர்க்கரையைச் சேர்த்து உண்டபின் அதிக நடையை விரும்பாமல் நல்ல ஒழுக்கநெறிகளுடன் நடக்க வேண்டும்.

அத்தோடு பகல் 15 – நாழிகைக்கு மேல் இதனது இரண்டாம் பிரிவில் எழுதியிருக்கும் ஆயுர்வேதத்தில் நோய் அணுகாதவாறு கூறப்பட்டுள்ள உணவு வகைகளையும் மிக்கவலிமை தரக்கூடியவைகளையும் சாப்பிடவேண்டும். அரை வயிறன்றி, முழுவயிறும் உண்ணுவது கூடாது. உண்ணும்போது தண்ணீர் அருந்துவதைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். இரவில் பால் சேர்ந்த கோதுமைக் கஞ்சியன்றி மற்றவற்றைத் தவிர்த்தல்

நல்லது. திருமணப்பந்தத்தில் ஈடுபடுவராயின் மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு முறையே புணர்ச்சியில் ஈடுபடுவது நல்லதாகும்.

இவ்விதியை அனுசரிக்கும் ஒவ்வொருவரும் ஆரம்பம் முதல் 6 மாதம் வரையிலும் மேற்கூறிய பத்தியங்களுடன் வாழ்ந்தால் சரம் எளிதில் உணரக் கூடியவராக இருப்பர்.

9 – ஆவது முழுச்சரம் நடத்தலின் விவரம்

மேற்கூறிய வாரசரமும் பத்தியமும் அளவாய் ஓர் அயனகாலம் செம்மையாக நடந்து வருமாயின், ஆறு அயனங்கள் வார சாரமாக நடத்தி அதுமுதல் பகல் முழுவதும் சந்திரனில் நடத்தல்வேண்டும். இவ்விதிப்படி மூன்று அயனங்கள் நடத்தி, சரத்தை முடிவு செய்யும்போது சரம் பொருந்தியோடும். நீரும் பாலும் போல் கலந்து, ஒற்றுமையாவதுடன் சரமே வழி நடத்துபவராக இருந்து நிலைத்திருக்கும். ஆகவே, யோக மடைய அனைவரும் சரத்தை அனுசரிப்பதே முதல் யோகமாகக் கொள்ள வேண்டும். சரத்தை வயப்படுத்தாமல், உயிர் உடலை விட்டு நீங்காமல் இருக்க வேறு மார்க்கம் அறிவது அரிதாகும்.

10 – ஆவது சூரியன் சந்திரன் நடக்கும் போது செய்ய வேண்டியவை

சூரியக்கலை நடக்கும் காலையில் யோகாசனங்களை செய்யத் தொடங்குதல், மந்திர நிட்டை சாதித்தல், மருந்து அருந்துதல், சாத்திர ஆராய்ச்சி செய்தல், பசிக்குச் சாப்பிடுதல், ஆசனங்களைப் பரிசித்தல், விரதத்தை முடித்தல், நீரருந்தல், ஓய்வெடுத்தல், பேசத் தொடங்குதல், நூல் முதலாகிய கவித்துவம் செய்தல், ஒருவரைச் சோதித்தல், குளித்தல், குதிரைச் சவாரி செய்தல், சயனித்தல், பெரியோர்களைத் தரிசனம் செய்தல், பூமியில் புதைந்த செல்வங்களை எடுத்தல் இவை முதலானவை நலமாக அமையும்.

ஆயினும், சூரியக் காலங்களில் வெப்ப மிகுதியாதலாலும், நேர்மாறாகச் சாப்பிட்டு, மற்ற செயல்கள் நடத்தல் நலமாகும். சூனியக்கலைக் காலத்தில் காரியங்களைத் தவிர்த்தல் நல்லது. ஆனால் யோகாசனங்களைச் செய்யும்போது மனநிலைக்குச் 'சமாதியோகம்' செய்தல் நலமாகும்.

11 – ஆவது சரத்தை வசப்படுத்துதல்

அதிகாலையில் 25 – நாழிகைக்கு (4. 00 மணி) மேல் நடத்தும் சரமும் மேற்சொல்லிய முறைகளில் காரியத்தை நடத்தும் சமயத்திலுள்ள சரமும் நேர்மாறாக இருப்பினும் அதைச் சரிப்படுத்தும் விவரத்தை அறியவேண்டும்.

சரம் திரும்ப வேண்டிய காலங்களில் சூரியன் நடக்கச் சந்திரன் வேண்டுமாயின் சூரியனைப் பெண்ணாகவும், சந்திரனை ஆணாகவும், சந்திரன் நடக்க, சூரியன் வேண்டுமாயின் சந்திரனைப் பெண்ணாகவும், சூரியனை ஆணாகவும் பாவித்துக் கீழ்மேலாகச் செய்விக்க, சூரியன் வேண்டிய காலங்களில் சூரியனும், சந்திரன் வேண்டிய காலங்களில் சந்திரனும் நடத்த முயற்சி செய்யலாம்.

மேற்கூறிய விதியின்படி, நடக்கவில்லை என்றால், கீழ்ச்சரம் வலுவாக இருந்தாலும் பிரளவில்லை என்றாலும், மேற்புரச்சரம் இயங்கவில்லை என்றாலும், கீழ்ப்பக்கமாய் செருகச் செய்து, பக்கவிலாவின் கீழ் நாலரை அங்குலப் பிரமாணம் கம்பளமாயினும், பட்டாகிலும், சுத்தமான ஆடையாகிலும் பூ மட்டம் உயர்த்துதல் வேண்டும்.

அப்படியும் சரி வர இல்லையாயினும் யோக சாதனை உள்ளோர், மூலாதார அப்பியாசமாகிய, கீழாதாரத்தைச் சுத்தப்படுத்துதல் வேண்டும். இதுவும் நடைபெறவில்லை என்றால் குருவின் அருளை நினைந்து தகுந்த செயலினைச் செய்து கொள்ள வேண்டும். அவ்வருமையான காரியத்தைச்

செய்வதால் புண்ணிய மகான்களுக்கன்றி மற்றவர்களுக்கு வாய்ப்பரிதாகும். அப்படி ஒரு கால் வாய்த்தால் அதன் படி நடப்பது அரிதாகும் என்றே சொல்ல வேண்டும். அதனால் மிகவும் கவனத்துடனும் சிரத்தையுடனும் நடத்தப்படவேண்டும்.

சூனிய சரம் வேண்டுமாயின் திரேகம் சமமாய்ப் பத்மாசனத்தில் இருக்கச் செய்து சூரியன் நடைபெறும் காலத்தில் சூரியன் பக்கமாகவும், சந்திரன் அதிகரித்தால் சந்திரன் பக்கமாகவும், உயிரெழுத்தாகிய மௌனத்தைப் பத்மாசனமாக அமைத்துச் சிறுகச்சிறுக மதிப்பித்து, சூரிய சந்திரர்களை நேசிக்கச் செய்து, சூனிய சரமாக்கி யோகாவைப் பின்பற்றி நடப்பவரே கலியுக யோக புருசனாகவும், வேண்டும்போது சித்து விளையாடுபவர்களாகவும், எதையும் எளிதில் அறியக் கூடியவராகவும் திகழ்வார். சூனிய சரம் சம்பாதித்தல் எளிதாக இருப்பினும் சுழிமுனையைக் காக்கும். வாயுவான மூச்சை அசையாமல் செய்விப்பதே மிகவும் அரிய செயலாகும்.

ஆகையால் இவ்விதிகளை மிகவும் முன் எச்சரிக்கையாக அறிந்து நடத்த வேண்டும்.

12 – ஆவது சிவராஜ யோகமாகிய வாசி யோகத்தின் விவரமும், அதற்குரிய சரத்தின் இயல்பும்

சரம் நடக்கின்ற போது யோகத்தைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டுமாயின், முன்முதல் கடவுளாகிய மூலாதாரப் பொருளாகிய ஸ்ரீ விநாயகக் கடவுளை, பேரின்ப வாழ்க்கையில் அமைத்தல் வேண்டும். நமக்குள் மறைவிடமான இடங்களில் மாயை சொரூபமாகவும், சுழிமுனையினை நேசிக்கும் ஞானக் கொழுந்தாகவும் உள்ள அறிவைத் தேடவேண்டும்.

வினையாகிய இருளைக் கற்றல் வேண்டும். சுவாசப் பிராணம் உண்மையானால் துள்ளிதம் போல் போற்ற வேண்டும்.

சுழிமுனையில் சுடரையேற்றி ஒரு மனமாக நிற்க வேண்டும். சுவாசமாகிய வாசியைப் பிராணனால் நேசிக்க வேண்டும். பிராணனும் உடலும் ஒருமனத்தால் நீரும் பாலும் போல் கலந்து பூரித்தலே சிவராச யோகமாகும்.

அதனை அனுசரிப்போரே பரமயோகிகளாவர். எனவே இதனையும் அனுசரிக்கவேண்டும். இதை அனுசரிப்பவர் உண்ணும் போதும் உறங்கும் போதும் உயிரெழுத்தாகிய மௌனமான சரத்தை ஏழு மாத்திரையில் இருத்தி, அதனை உட்படுத்தி வைத்துச் சரத்தைச் சுழிமுனை அதாவது, சூனியக்கலையில் வைத்திருந்து ஆசன பங்கமில்லாமல் உபயோகிக்கவேண்டும்.

அக்காலங்களில் சூரியன் மேற்கூறிய பிரமாணம் வயப்படாமல் இருந்தாலும், சூடு கபாலமாகிய உச்சியில் பற்றி அனுசரித்து நடந்தாலும் அச்சாதகத்தை நிறுத்தி 'அஞ்சித கோபானம்' – செய்தல் நலமாகும். (அதாவது அஞ்சாமல் பால் அருந்துதல் நல்லது.)

13 – ஆவது சந்திர கலையிலிருந்து அமுதம் புசிக்கும் மார்க்கமும் அதன் இயல்பும்

நவத் துவாரங்களில் பெரியதும், உறுதியுமாக நடுவிலிருக்கும் அசைக் கருவி என்னும் இரண்டாம் எழுத்தாகிய 'ந'கரத்தை இரண்டரை அங்குலம் சுவாசத்தை உள்வாங்கி மேற்கூறிய மூச்சினை இடைவிடாமல் செய்யவேண்டும்.

இவ்வாறு 24 அயனங்கள் நடத்தினால், இடபவாகனனாகிய சதாசிவக் கடவுளின்றி இறையருளாகிய அமுதம் சிரசில் சிந்தும் என்று அறிதல் வேண்டும். அதன் பெருமையோ சொல்வதற்கு எளிதானதன்று. ஆயினும், இதனைச் சாதிக்க வேண்டும்.

14 – ஆவது மேற்கூறியவை தப்பி நடந்தாலும் நேர்மாறாய் நடந்தாலும் அதன் பலன்

முதல் நாளாகிய ஞாயிற்றுக்கிழமையில் சூரியன் நடக்காமல் 5 – நாழிகையளவும் சந்திரன் நடந்தால் படை, குட்டம், சொறி, சிரங்கு முதலாகிய உடம்பின் மேற்புறத்தில் வரும் வியாதியாகவும் சளி, இருமல், இரைப்பு முதலாகிய உள் வியாதியாகவும் வரும்.

சந்திரன் நடக்க வேண்டிய வாரங்களாகிய திங்கட்கிழமையில் சூரியகலை நடந்தால் ஆயுள் குறையும். சளி அதிகரிக்கும்.

செவ்வாய்க்கிழமையில் சந்திரன் நடந்தால், மனக்கலக்கம், பழகுவதில் போலித்தனம், சுரம், உட்சுரம், இவை உண்டாகும்.

புதன் கிழமையில் சூரியன் நடந்தால் அபாயங்களும், எடுத்த காரியங்களில் தாமதமும், பாரம், நீரேற்றல், தலைக்குத்தல் போன்றவையும் உண்டாகும்.

சந்திரன் நடக்க வேண்டிய வளர்பிறையான வியாழனில் சூரியன் நடந்தால் பொருட்சேதம், வியாதிக்கு மருந்து பிடிக்காமலும் போகும்.

வெள்ளிக்கிழமையில் சூரியன் நடக்குமாயின் தன்னுடைய மக்களுக்குத் தோசம், சுற்றத்தாரிடையே பிரிவினை, கண் நோய், காது நோய்களும் உண்டாகும்.

சனியில் சந்திரன் நடக்குமாயின் பிராணனுக்கு அபாயமான செய்கைகளும் சீதளம், ஜன்னி முதலாகிய வியாதிகளும் வரும். தேய்பிறைக் காலமாகிய குருவில் சந்திரன்

நடந்தால் தோல் வியாதி அதிகரிக்கும். சாதனைகளும் குறையும், தாகம் அதிகரிக்கும், தலைவலியும் மிகுதியாகும்.

15 – ஆவது பாழாய் நடத்தலின் குணம்

இரு கலைகளும் மாறிமாறியோடும் போது ஜலதோசம் அதிகரிக்குமே தவிர வேறில்லை. ஒரு புறமாகச் சாதகம் செய்யும் காலமாகிய அயனசரம், முடிவின்றி இதற்கு முன்பாக ஒருநாள் முழுவதும், ஒரு பக்கமாகச் சரம் நடந்தால் மூன்று மாதங்களில் மரணம் வந்தாலும் மூன்று வருடங்களில் மரணமடைவார். ஒரு புறமாகவே ஆறு நாள் நடக்குமாயின், ஆறு திங்களில் மரணமாவது நிச்சயம். ஆகவே சரம் சரிவர நடப்பது மிகமிக முக்கியமென்பதை உணர வேண்டும்.

16 – ஆவது சரவிகல்பங்களுக்கும் சாதனைகளுக்கும் வேண்டிய பத்தியங்களும் கற்பங்களும்

மாந்தளிர் மேனியுடைய பிள்ளாய்! 14 – ஆம் பகுதியில் உரைத்த வரா சரமார்க்கங்களுக்குச் சிகிச்சையும் பக்குவமும் கூறப்படுகிறது. மேற்கண்ட வியாதிகளுக்கு ஆயுர்வேத அளவாய் நடப்பது அவசியமாகும்.

மாறி நடக்கும் சரத்தில் வெல்லவேண்டுமானால் முன் கூறிய 12 – இல் உரைத்த சுவாச யோகமே இதற்குச் சிகிச்சையாகும்.

இச்சரங்களை நடத்தியும், வாசியை வசப்படுத்தும் வகையறிந்தும் காலவரையறைப்படி சிகிச்சையைச் செய்வதுடன் மனவுறுதிக்கும் திடச்சித்தம் உண்டாவதற்கும் திரேக சித்தி, மனச்சித்தியடைவதற்கும் கற்பமானது, மிளகோர அயன காலமும் சூரணம் இரண்டு முறைகளும் கேசரி மெழுகு ஆறு முறைகளும் வெள்ளைக் கல்பமாகிய கணக்கல் சுன்னம் பத்து முறைகளும் உட்கொள்வதே கற்பமாகும்.

17 – ஆவது கல்பங்களின் விவரம்

கல்பவிதியில் மிளகென்பது மிளகுப் பச்சிலையாகும். இவை முடிவு பெறச் செய்து சூரணமாக உட்கொள்வதாகும். சூரணம் என்பது நிலப்பச்சிலை, வல்லாரை, வெள்ளைக் கிரக்கிட்டான், பிரமி, பொற்றலை, பொடுதலை இவற்றைச் சூரணமாக்குவதாகும். கேசரி மெழுகு – என்பது கேசரி தைல மூலமாய் லிங்கக்கட்டுடன் சில மூலிகைகளை அரைத்து கபாகம் செய்து கொள்ள வேண்டும். வெள்ளைக் கல்பமாகிய கணக்கல் சுன்னமென்பது நூலந்தியமாகும். அதாவது முடிவு பெறப் பார்ப்பதாகும். இவற்றை நன்கு உணர்ந்து கொள்ளுதல் முக்கியமானதாகும்.

18 – ஆவது கல்பம் செய்யும் பாகமும் உண்ணும் அளவையும்

$2\,^1/_4$ வீசை மிளகை 16 – ஆம் பகுதியில் கூறியபடி பகிர்ந்து பிரதி தினமும் பொற்றலை வகையாகக் கொண்டு சமபாகமாகச் சேர்த்து உண்ண வேண்டும். சூரணமோ எனில் 17 – ஆம் பகுதியில் கூறிய பச்சிலைகளைத் தனித்தனியாக உலர்த்தி ஆறு பலம் சூரணமாக வைத்துக் கொண்டு உண்ணவேண்டும்.

16 – ஆம் பகுதியில் கூறிய அளவிற்குப் பகிர்ந்து சொர்ணபாலைச் சமபாகமாகச் சேர்த்து உண்ண வேண்டும்.

'கேசரிமெழுகு' – என்றால் கேசரியை முறைப்படி உலர்த்தி தைலத்தை இறக்கி 12 புட்டி தைலத்தால் மூன்று விராகனெடை லிங்கக்கட்டிக்குச் சுருக்கிக் கொடுத்து தைலம் முடிந்தவுடன் லிங்கக்கட்டை எடுத்து வாசிக்கு உதவும் பச்சிலைகளில் சாறுபிழிந்து 2 படி சாற்றில் 5 – பலம் சீனி அருகன்வேர் கியாழம் ஆழாக்கு விட்டு கலக்கி மூன்று நாட்கள் சென்றபின் எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

மேற்படி சாற்றில் கலக்கிப் பசு நெய் 5 பலம் விட்டு இலேகிய பதமாகக் கடைந்து, இறக்கி மேற்படி லிங்கக் கட்டையை அரைக்கும் கல்லுரலில் பொடியாக்கிச் சமபாகங்களாகப் பொட்டகம் செய்து, லேகியத்தையும் பகிர்ந்து உருண்டைகளாக வைத்து இரண்டையும் சேர்த்து உண்ண வேண்டும்.

19 – ஆவது கல்பம் உண்ணும் காலமும், பத்தியமும்

கல்பமும் அதற்கேற்ற காலமும், பத்திய பாகமும் செவ்வனே அறிந்து நடப்பது எளிதாக இல்லாவிட்டாலும், மேற் சொல்லிய படி பாகப்படுத்திச் சாதனைக் காலங்களில் சூட்சமசரம் பார்த்து அருந்துதல் மிக அருமையாகவும், பெருமையாகவும் இருக்கும்.

20 – ஆவது பஞ்ச பூதத்தின் விவரம்

பிரதிவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாயம் என்பவையே பஞ்ச பூதங்களாகும்.

இவற்றில் பிரதிவி என்பது நிலம் அல்லது மண்.

அப்பு என்பது நீர் அல்லது ஜலம்.

தேயு என்பது அக்கினி அல்லது தீ.

வாயு என்பது காற்று அல்லது வளி.

ஆகாயமென்பது விசும்பு அல்லது சப்தமாகிய வியோமம். இவை அண்டத்துக்கு ஏற்றதாயினும் உடலிலும் உண்டெனக் கொள்ளவேண்டும்.

21 – ஆவது மானிட உருவ பஞ்சபூதம்

பிரதிவி என்பது தேகம். அப்பு வாயுவில் உண்டாகும் ஆகையால் ஜலத்திற்கு ஏற்றபடி குறைவாக உட்கொள்ள வேண்டும். தேயு ஒளியை உடைய கண்ணெனக் கொள்ள வேண்டும். வாயு என்பது காற்று உண்டாகும் நாசியெனக்

கொள்ள வேண்டும். ஆகாயம் என்பது சப்தம் உண்டாகும் இடத்தை உணர்த்தும் காது எனக் கொள்ளவேண்டும்.

22 – ஆவது சரத்தின் பஞ்சபூதங்கள்

மேற்கூறிய பஞ்சபூதங்களைச் சரத்தில் பார்க்கும் சமயத்தில், சந்திரன் நடந்தாலும், சூரியன் நடந்தாலும் மூக்குத் தண்டில் சார்ந்து வரும். சுவாசம் பிரதிவி என்றும், கீழ் நோக்கி நடந்தால் அப்பு என்றும், மேல் நோக்கி நடந்தால் தேயு என்றும், மூக்குத் தண்டின் எதிர் பக்கமாக வரும் சுவாசம் வாயு என்றும், நாற்பக்கங்களிலும் படாமல் பெருகிவோடச் செய்வது ஆகாயமென்றும் முறையாகக் கொள்ளவேண்டும்.

23 – ஆவது பஞ்சபூதங்கள் நடக்கும் அளவும் காலமும்

பிரதிவி 12 அங்குலமும், அப்பு 16 அங்குலமும், தேயு 8 அங்குலமும், வாயு 18 அங்குலமும், ஆகாயம் 6 அங்குலமும் நடக்கும்.

இவற்றுக்கு உள்ள காலமோ பிரதிவி 1 – நாழிகையும் அப்பு $1^1/_2$ – நாழிகையும் தேயு 1 – நாழிகையும், வாயு $1^1/_2$ – நாழிகையும் ஆகாயம் 1 – நாழிகையும் அளவாக நடக்கும்.

இவற்றின் நன்மை தீமை அறிய வேண்டுமானால் பிரதிவி, அப்பு நன்மை என்றும், தேயு மத்திமம் என்றும், வாயு, ஆகாயம் தகாதவை என்றும் சொல்வர். யோக அப்பியாசத்திற்குத் தேயுவே தக்கதாகக் கொள்ளவேண்டும்.

24 – ஆவது பஞ்சபூதங்கள் முறையே ஒவ்வொன்றும் குறைதல்

பிரதிவிக்கு அப்பும், அப்புவுக்கு தேயும், தேயுவுக்கு வாயும், வாயுவுக்கு ஆகாயமும் குறைந்தது.

எவ்வகை எனில் பிரதிவிக்கு, ஸ்பரிசம், ரூபம், ரசம், கந்தம், சப்தம் உண்டு.

அப்பு கந்தம் குறைந்ததால் பிரதிவிக்கு அப்பு குறைந்தது எனவும்

தேயுவுக்குக் கந்தமும் ரசமும் குறைந்ததால் அப்புவுக்குத் தேயு குறைந்தது எனவும்

ஆகாயத்திற்கு ஸ்பரிசம், ரூபம், ரசம், கந்தம் குறைந்ததால் வாயுவுக்கு ஆகாயம் குறைந்தது எனவும் முறையாகக் கொள்ள வேண்டும்.

25 – ஆவது சூட்சும சரத்தின் விவரம்

சூட்சும சரமென்பது நிறத்தினால் வருவதாகும். இதனை அறிவது அருமையாதலால் சூட்சும சரமெனச் சொல்லப்படுகிறது.

பிரதிவி பொன்னிறமாகவும்,
அப்பு வெண்மை நிறமாகவும்,
தேயு செம்மையான நிறமாகவும்,
வாயு கருமையான நிறமாகவும்,
ஆகாயம் நீல நிறமாகவும் கொள்ளவேண்டும்.

26 – ஆவது சரம் கடைப் பிடிப்போர் கவனிக்க வேண்டிய முக்கிய விதிகள்

முன் 8 – ஆம் பகுதியில் உரைத்த விதத்தை கடைப்பிடிப்பதும் சோம்பல், உறங்கி கொட்டாவி விடுதல், கோபம் அதிகரிக்கச் செய்தல், சந்தோசத்தைப் பெருக்கச் செய்தல் ஆகிய இவை தகாதவையாகும்.

27 – ஆவது ஆயுள் குறையும் செய்கைகள்

அதிக விரைவாக ஓடுதல், அதிக நேரம் நித்திரை செய்தல், மிகப் பெருமூச்சு விடுவதும் ஆகாது. ஏனெனில்

சாதனைக் காலங்கள் தவிர மேற் சொல்லிய காலங்களில் சுவாசம் அதிகரித்து ஒருநாளுக்குள் நடக்க வேண்டிய 21600 –க்கு அதிகப்படுவதால் ஆயுள் குறைவாகும் எனவும் மேற்சொல்லிய 21600 – க்கு குறையும் படிச் செய்தால் ஆயுள் விருத்தியாகலாம் எனவும் சொல்லப்படுகிறது.

28 – ஆவது மேற்கண்ட பஞ்சபூதங்களைத் திருப்பி வசப்படுத்தும் மார்க்கம்

11 – ஆவது பகுதியின்படி வண்ணம், சூரியகலை, சந்திரகலை, சுழிமுனைகளை மாற்றுவது போலவே இவற்றையும் மாற்றுதல் வேண்டும். அதாவது திரேகத்தைக் கவிழ்த்து உந்தியில் மேலிருக்கச் செய்து, ரேசகப் பூரகங்களை மிதமாக நடத்திக் கொண்டே வர, திரும்பிக் கொண்டே வரும். வேண்டிய பூதியம் நிறுத்தும்போது அச்சாதகத்தையும் நிறுத்திட வேண்டும்.

29 – ஆவது சூரிய சந்திர சுழிமுனை களுக்கும் நாடிகளுக்கும் ஒற்றுமையாதல்

திங்கள் என்னும் சந்திரன் வாத நாடி எனவும், ரவி என்னும், சூரியன் பித்தநாடி எனவும், சுழிமுனைச் சிலேத்தும நாடி எனவும் சொல்லப்படுகிறது. அதாவது வாதபித்த சிலேத்துமங்கள் 5 – ஆம் பகுதியில் கூறியபடி வாரசரம் அளவாக நடப்பதால் இதனைச் செம்மையாக அறிதல் வேண்டும்.

30 – ஆவது ரேசக பூரகத்தின் விவரம்

ரேசகம் என்பது உட்புகும் சுவாசம். இதனை உட்சுவாசம் எனவும், பூரகம் என்பது வெளிவிடும் சுவாசம் எனவும் கூறுவர். இதனை,

நிசுவாசமெனவும் ரேசகத்தைச் சிவமெனவும்,
பூரகத்தைச் சத்தியெனவும்,

உட்புகும் சுவாசம் பிராணவாயு எனவும்,
வெளியிடும் சுவாசம் கரியமலவாயு எனவும்,
உட்புகும் சுவாசம் அமுதம் எனவும்,

வெளிவிடும் சுவாசம் விசமெனவும் கொண்டு, இவைகளின் அடிப்படையில் நன்மை தீமைகளாகக் கொள்ளப்படுகிறது. பெண்களுக்கும் மேலுரைத்த விதிகள் அனைத்தையும் செய்வதற்கு ஒழுங்கெனவே சொல்லலாம் என உரைக்கின்றார்.

உ

குருவே துணை

IV. தினக்கிரமாலங்காரச் சுருக்கம்

கணேசர் வணக்கம்

நேரிசை வெண்பா

சீருலகோர் கட்கினிதாம் தினக்கிரமா லங்காரப்
பேருலவு நற்சுருக்கம் பேசவே – நேருலவு
முத்தருடன் பத்தர்களும் நித்தந்துதி அத்திமுக
துத்யவைங்க ரன்றோ டுணை

அவையடக்கம்

அறுசீர்க் கழிநெடி லாசிரிய விருத்தம்

உற்றசிறு சங்கினால் ஊற்றிநீர்
வசற்றவைக்கும் உவமை போலும்
விற்பனர்கள் தம்முனங் கல்லாதான்
பேசுகின்ற விதத்தைப் போலும்
பொற்புயரும் ஞானசர நூற்குதவி யாய்ச்
சொன்ன புலவன் வாக்கை
கற்கவரும் கற்றவரும் பிழைநீத்து
கருணைசெய நாடி னேனே

1 – ஆவது நோய் அணுகாமல் இருக்க விதி

உலகினிடத்தில் திருவருட்செயல்களால் அரிய பிறவியாகிய மானிடப்பிறவியை எடுத்திருக்காமல் நின்ற மக்கள் அனுசரிக்கின்ற பலவித நிலையினும் கடந்து வந்ததைக் காத்துக் கொள்ளவேண்டும். அப்படிக் காத்துக் கொள்வது அத்தியாவசியமாவதால் அதற்குரிய முக்கியமான காரியங்களைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

முதலாவது நோய் அணுகாமல் இருக்கும் விதியை வெளிப்படுத்துகிறது. அவை,

மலசலத்தை அடக்காமல் இருப்பது, விந்துவை அதிகமாக நட்டப்படுத்தாமல் இருப்பதாகும்.

உண்ணுமிடத்தில் நீரைக்காய்ச்சி, மோரை விளாவி, நெய்யையுருக்கி, உண்ணக்கூடிய தன்மையுடையவர்களின் நாமத்தை உச்சரிப்பவர்களுக்குப் பிணி விலகும்.

உணவினை உண்ணும்போது, அவ்வுணவின் குணங்களையும், அதனை உண்ணும் காலபேதங்களையும் பகுத்தறிந்து சாப்பிட்டால், அதில் கிடைக்கின்ற சுகத்தை அனுபவிப்பவர்கள், பலவிதமாகச் சொல்லப்பட்ட வியாதிகளை அறியாதவர்களாகவும் இருப்பர்.

மலையைப்போல் உறுதியான சரீரத்தையும் இவ்வுலகத்தைப் படைக்கும் பிரமதேவனைப் போல, மிகுந்த ஆயுளைப் பெற்றுப் பதினாறு உலகத்தில் இருப்பவர்களும் கண்டு களிக்கத் தக்கவர்களாகவும் வாழ்வார்கள்.

இதனைத் திருவள்ளுவர் மருந்து எனும் அதிகாரத்தில் சுட்டிக்காட்டியுள்ளார். அதாவது, ஒருவன் முன் உண்டதை அறிந்து, அவை முழுமையாகச் செரிமானம் ஆன பின்பு மிகவும்

பசித்து உண்ணவேண்டும். இதனால் மாறு கொள்ளாத உணவு வகைகளைக் தவிர்த்துக் கொண்டு உண்பது நல்லதாகும்.

மாறு கொள்ளாமை என்பது, உண்பவன் சரீரத்தோடு மாற்றம் கொள்ளாமையும், காலவியல்போடு மாற்றம் கொள்ளாமையும், சுவை வீரியங்களால் மாற்றம் கொள்ளாமையும், மாறு பாடில்லாத உணவே ஆனாலும் மனம் வேண்டும் வரை உண்ணாமல் நோய் அணுகாத அளவில் உண்ணவேண்டும். இவ்வாறு உண்பவன் உயிர் நோய்களால் துன்பம் ஏற்படாமல் சுகத்தை அடைவான்.

ஒவ்வொருவரும் அதிகாலையில் எழுந்து சுகத்தோடு நீராகாரம் அல்லது சுத்தமான தண்ணீர் பிரமாணமாகக் குடிக்க வேண்டும். கால்நடையாக நடந்து, மெதுவாகப் பேசி, மாலை வெய்யிலை விரும்பி, பசும்பாலை அருந்தி, எண்ணெய் வாரம் நான்கு தினங்களுக்கு ஒருமுறை தலைக்குளிக்கும்போது வெந்நீரில் குளித்து, பகற்பொழுதில் உறங்காமல், தன் வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்களையும், தன் வயதுக்குக் குறைவான பெண்களையும் விரும்பாமல், மலசலங்களையும் அடக்காமல், சுக்கிலம் – என்று சொல்லக் கூடிய வாயுவை அடுத்தடுத்து விடாமலும் இருத்தல் வேண்டும். உறங்கும் போது இடதுகையைக் கீழாக வைத்துப் படுக்க வேண்டும்.

மூலரோகத்தை உண்டாக்கும் உணவினை உண்ணாமல் இருத்தல், புளித்து நீர்போலிருக்கும் தயிரைப் பருகுதல், முன் நாளில் சமைத்த உணவினை அமிர்தமாக இருந்தாலும் உண்ணாமல் இருத்தல், பசித்தபோதே சாப்பிடுதல் – அதாவது தினம் இருமுறை உட்கொள்வது, மாதரை மாதத்திற்கு ஒருமுறை சேர்தல், மிகுந்த தாகம் ஏற்பட்டாலும் உணவினை முழுமையாக உட் கொள்ளாமல் நீர் அருந்துதல், கருணைக்கிழங்கு தவிர மற்ற கிழங்கு வகைகளை உண்ணாமல் இருத்தல், வாழை இளம்பிஞ்சைச் சாப்பிட்டு இரவில் சாப்பிட்ட பிறகு குறுநடையாக நடத்தல் வேண்டும்.

ஆறுமாதத்திற்கு ஒருமுறை வாந்தி எடுக்கும் படியும், நான்கு மாதத்திற்கு ஒருமுறை பேதியாகும் படியும், மருந்துண்ண வேண்டும். ஒன்றரை மாதத்திற்கு ஒருமுறை நசியம் செய்து, மாதத்திற்குக் குறைந்தது இரண்டுமுறை பேதியாகும் படிச் செய்து, மூன்றுநாட்களுக்கு ஒருமுறை கண்ணிற்கு மையிட்டு, கஸ்தூரி முதலிய வாசனைத் திரவியங்களையும் பூக்களையும் நடு இரவில் நுகராமலும் இருத்தல் வேண்டும்.

நடு இரவில் தூரத்தில் பெண்கள் நடக்கும்போது, பறக்கின்ற தூசியையும் ஆடு, கழுதை, துடைப்பம் இவற்றால் உண்டாகும் தூசியும் மேலே படும்படி நெருங்காமல், இரவில் தீபத்தின் நிழலில் மனிதனின் நிழல், விருட்சம் என்று சொல்லக் கூடிய மரங்களின் நிழல் இவை தன்மேல் விழாமல் பார்த்துக் கொள்ளவேண்டும்.

உணவு சாப்பிட்டப்பின் செரிமானம் ஆகும் தருணத்தில் புணர்ச்சியில் ஈடுபடுதல் கூடாது. நித்திரை, போஜனம் (உணவு), மலசலம், புணர்ச்சி, அழுக்குத்துணி, தலைவாருதல், முடிவிழுதல் போன்ற காரியங்களை மாலைப் பொழுதில் நீக்குதல் வேண்டும்.

மாலைப்பொழுதில் கன்றோடு கூடிய பசுவையும், தெய்வத்தையும், நம்முன்னோர்களையும் ஆசிரியரையும் ஏககாலத்தில் பூசித்து வணங்குதல் வேண்டும்.

நகச்சலமும், சிகைச்சலமும் தெறிக்குமிடத்தை நெருங்காமல் நடந்து வந்தால் நோயை முன்னிட்டு வரும் எமனுக்கு இவனிடத்தில் வேலையில்லாமல் போகும். ஒவ்வொருவரும் இந்நோய் அணுகாதவாறு விதியை அவசியமாக அனுபவத்திற்குக் கொண்டுவருவது அவசியமாகும்.

2 – ஆவது சரீரம் நிலைபெறச் செய்தல்

சரீரமாகிய உடலில் தங்கியிருப்பதற்குக் காரண மாகிய வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம், இரசதாது, மாமிசதாது, மேதோதாது, அஸ்திதாது, மச்சைத்தாது, சுக்கிலதாது, மலம், மூத்திரம் என்னும் சரீர ராதி 12 – களின் வருத்தி சீரண உறுப்புகளால் பிறக்கின்ற நோய்களை முழுமையாக நீக்குவதற்கு வலியுறுத்துகின்றார். இதற்குரிய மருந்து களையும், ஜாடராக்கினியின் குணத்தினால் உணவுகளில் இருந்து பிரிகின்ற அன்னரசத்தால் உடலானது வளர்ச்சியடைகிறது. உணவினை உட்கொண்டு உடலை வளர்ச்சியாக்கிப் பூரிக்கச் செய்து பலத்தையும் அமைதியையும் நிரந்தரமாகக் கொடுத்துக் கொண்டு உயிராகிய அரசனை வாழச் செய்விக்கின்றது.

கருப்பத்திற்குக் காரணமாகவும் தேகத்திற்கு ஆதரவுமாகிய சப்த தாதுக்களில், கணவனுக்குச் சுக்கிலம் என்றும், பெண்களுக்குச் சோணிதம் என்றும் சொல்லப்படும். இவ்விரண்டும் முறையே சிவம், சத்தி என்றும் பெயர்பெற்றுக் கருப்ப உற்பத்திக்கும், ஆயுள் விருத்திக்கும் முக்கியக் காரணமாக விளங்குகின்றது.

நேரம் தவறி உட்கொள்ளுதல் (அகாலபோசனம்), சூடான உணவு வகைகளான சிற்றுண்டி (உஷ்ணபதார்த்த பக்ஷணம்), பயம், துக்கம், அழுகை, சிந்தித்தல், மிகவும் சந்தோசம், அதிகக்கோபம், இறப்புக்காலம் (மரணஓலம்), வினையால் வரும் நோய் (கருமலோபம்), உடம்பில் உண்டாகும் பெரிய நோய் (அதி தூலரோகம்), தவறான காரணத்தால் ஏற்படும் நோய் (அதிசார ரோகம்), செரிமானம் (சீணரத்தாது) விசபேதங்களால் வருகின்ற பற்பல ரோக காலத்தினும், அகாலத்தினும் 'சாமநூல்' விதிப்படி அநேக பந்தங்களுடன் செய்கின்ற செய்கைகள், அதாவது போகம் நீடித்து நிலைக்க வேண்டியதாய் பெண்புணர்ச்சி (லாகிரி) சேர்ந்த போதைப் பொருள் மருந்து (ஔடதாதி)களைச் சாப்பிட்டுச் செய்கின்ற பெண்புணர்ச்சி (சையோகம்) என வழங்குவர்.

ஆண், பெண் குறித்த கெடுதி (மர்மத்தானக் கெடுதி) என்னும் இவைகளினாலும் அதிகமாக ஈடுபடுவதனாலும் (விர்த்தாப்பியத்தினாலும்) தீமைகள் ஏற்படும். இவ்விதத் தீமைகள் செய்வோர் சுக்கில சுரோணிதத்தை உடையவர்கள் ஆவர். இவர்கள் பலவித அரிய இன்ப, துன்பங்களை அனுபவிப்பதோடு மட்டுமல்லாமல், இறக்கும் தறுவாயில் இளைத்துக் குருவியைப் போல் புணர்ந்தும், வாயினால் பேசி இச்சையைத் தீர்த்தும், வாரிசு விருத்தி இல்லாமல் அற்ப ஆயுளை உடையவர்களாக இருப்பார்கள்.

ஒருவேளை வாரிசு விருத்தி இருந்தாலும், அதற்கு அற்பப் பலனும், ரோக விருத்தியும் ஆயுள் குறைவாக இருக்கும். ஆகையால் பால் முதலிய மதுரப் பொருட்களைக் கொண்டு சுக்கிலத்தையும் எண்ணெய் முதலிய பித்தப் பொருட்களையும் கொண்டு சுரோணி தத்தையும் அறிந்து கொள்ளவேண்டும்.

3 – ஆவது விழித்தவுடன் சுத்த நீர் அருந்துவதன் குணம்

நித்திரை செய்து விழித்தவுடன் சுத்தோதகம் என்னும் நீராகாரம் அல்லது நல்ல நீரை இதில் ஏதேனும் ஒன்றை விருப்பத்துடன் குடித்தால் பயித்திய தோசம் விலகும். அத்தோடு மலசல பந்தங்களும் நீங்கும். வாதம் முதலிய மூன்று தோசங்களும் தத்தம் நிலையில் சஞ்சரிக்கும்.

4 – ஆவது விழித்தவுடன் பார்க்கத் தக்க வஸ்துக்கள்

நித்திரை செய்து விழித்தவுடன் தாமரைப் பூ, தங்கம், தீபம், கண்ணாடி, சூரியன், புகையொழிந்த நெருப்பு, செஞ்சந்தனம், கடல், வயல், சிவலிங்கம், முகில் சூழ்ந்த மலை,

கன்றையுடையப் பசு, தனது வலக்கை மனைவி, மிருதங்கம் இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பார்த்தால் உத்தமமாக அமையும்.

5 – ஆவது விழித்தவுடன் பார்க்கத் தகாத வஸ்துக்கள்

நித்திரை செய்து எழுந்தவுடன் அங்க உறுப்புகள், துணிமணிகள் பார்த்தல் பாவமாகும். காவித்துணி, கிராசங்கை (பைத்தியம்), ஊமை, மொட்டைத் தலை, செவிடு, அழுகை, சடை, மனிதரிடத்தில் விருப்பம் இல்லாதவர், கூன், அழுக்கு மேனி, விரிந்த சிகைத் தலை, சதாநித்திரையுள்ளவர், குட்டம், கொலை, எண்ணெய்த் தலை, மனோவிய கூலம், உன்மத்தம், தாரித் ரம சயரோகம் இவற்றை உடையோர் முகத்தையும், தீட்டு, அழுகை, விதவை ஆகிய பெண்களின் முகத்தையும் பார்க்கக்கூடாது.

பாம்பு, பூனை, சாம்பல், எருமை, துடைப்பம், கயிறு, உலக்கை, முறம் – என்னும் இவற்றைப் பார்த்தால் அன்றைய தினம் கெடுதலைத் தரும்.

6 – ஆவது விழித்தவுடன் கண்ணாடி பார்த்தலின் குணம்

நித்திரை செய்து விழித்தவுடன் கண்ணாடி பார்த்தால், வீரிய விருத்தியும், மகிழ்ச்சியும், சர்வ வசியமும், ஞானமும் அதிகரிக்கும்.

7 – ஆவது மிதாமித வார்த்தையின் குணம்

மிதமான வார்த்தைகளை எப்போதும் உச்சரித்தால் உள்ளத்து அறிவும் உடல் ஆரோக்கியமும் உண்டாகும். கோபப்பட்டால் மேற்கண்ட உள்ளத்து அறிவும், உடல் ஆரோக்கியமும் கெடும். இத்தோடு அல்லாமல் ரச தாதுவும், ரத்த தாதுவும் சுருண்டு போகும். அவ்விரண்டு தாதுக்களும் குறைவதனால் பித்தம் அதிகரிக்கும். அதனால் சிலேத்தும ரோகம் பிறக்கும். அதனால் சலரோகமும் உண்டாகும்.

8 – ஆவது பல் துலக்குவதன் குணம்

தூள், இலைக் கொம்பு இவற்றால் பல் துலக்கினால் பற்களுக்குக் குற்றமில்லை. வாத, பித்த, சிலேத்துமங்களால் பல்லிலும், அதன் வேரிலும் உண்டாகின்ற 23 – ரோகங்களும் உண்டாகாது. மேற்கூறிய தூளும், இலையும் கொம்பும் இயல்பான துவருள்ளவைகளாக இருக்கவேண்டும். அப்படி இருந்தால் இறுதிநாள் வரைக்கும் பற்கள் மலையைப் போல் அசைவின்றி உறுதியாக இருக்கும்.

9 – ஆவது பல் துலக்கக் கூடிய கொம்புகள்

கருவேல் குச்சியால் பற்களுக்கு உறுதியும்! வேப்பங்குச்சியால் ஒளியும் நீர்ப் பூலாக்குச்சியால் வீரிய விருத்தியும், ஆலம் விழுதால் இலட்சுமிக் கடாட்சமும், நாயுருவி வேரால் முக வசீகரமுமாகிய பலன்கள் உண்டாகும்.

10 – ஆவது பல் துலக்கக் கூடாத வஸ்துக்கள்

செங்கல், மணல், கரி, தென்னம்பாளை, வைக்கோல் இவற்றால் பல் துலக்குபவர்களிடத்தில் இலட்சுமி நீங்கி 'மூதேவி' சேர்வாள்.

11 – ஆவது பஞ்ச கற்ப விதி

கஸ்தூரி மஞ்சள், மிளகு, வேப்பம் வித்து, கடுக்காய்த் தோல், நெல்லிப்பருப்பு இவை முறைப்படி ஆசாரமாகும் இவற்றை பசுவின் பாலிலிட்டு அரைத்துக் கொதிக்க வைத்து ஒப்பற்ற உடம்பில் தேய்த்துக் கொண்டால் எந்நாளும் அதிதூல ரோகத்திற்கும், அதிசுக்கில ரோகத்திற்கும் இடமில்லை. இதுவே பஞ்சகற்ப விதியாகும்.

12 – ஆவது குளியல் நேர விதி

சித்திரை, வைகாசி மாதங்களில் உதயமான 5 – நாழிகைக்குள்ளும் ஆனி, ஆடி மாதங்களில் உதயமான 8 – நாழிகைக்குள்ளும் ஆவணி, புரட்டாசி மாதங்களில் உதயமான 4 – நாழிகைக்குள்ளும் மார்கழி, தை மாதங்களில் உதயமான 2 – நாழிகைக்குள்ளும் மாசி, பங்குனி மாதங்களில் உதயமான 3 – நாழிகைக்குள்ளும் பக்குவமாக உள்ள தைலத்தில் குளிக்க அரோக சரீரத்தைப் பெறுவார்கள்.

13 – ஆவது வெள்ளைத் துணியின் குணம்

வெண் துகிலுக்கு வாதாதி தோசங்களும் வியர்வையும் விலகும். ஆயுசு விருத்தி, இலட்சுமி விலாசம், வனப்பு, மகிழ்ச்சி, அறிவுபலம் ஆகியன பெருகும்.

14 – ஆவது போஜன கால விதி

இரண்டு வேளை உணவே நன்மையைத் தரும். தப்பி மூன்று காலம் உணவு கொள்ள வேண்டுமாயின் சூரியன் இளம்பருவத்திலிருக்கும் போதே அதாவது உதயகாலத்தில் 3 $^{3}/_{4}$ நாழிகைக்குள்ளும் காலைப் பருவமாகிய உச்சிக் காலத்தில் 15 – நாழிகைக்குள்ளும் மேற்றிசைக் கடலில் சேர்ந்த பருவமாகிய இராத்திரி 7 $^{1}/_{2}$ நாழிகைக்குள்ளும் பசியாகிய தீமையுடையவர்கள் உட்கொள்வார்கள்.

சூரிய உதயமாகி 11 $^{1}/_{4}$ நாழிகைக்குள் உண்பவர்கள் நல்ல உணவினைச் சாப்பிடுவதால் உடம்பிற்குப் பொருந்தும். 15 – நாழிகைக்குள் உட்கொள்பவர்கள் உணவு மிதம் என்ற அளவில் பிணிகளை விலக்கும்.

22 $^{1}/_{2}$ நாழிகையில் உண்பவர் உடலில் தோல் சம்பந்தமான வியாதியை அடைவர். 30 – ஆவது நாழிகையில்

அருந்தும் உணவு ஆசன உயிருக்கு முடிவைத் தரும். இந்த நான்கில் முதல் 2 – ஆம் கால உணவும், மற்றவை அகால உணவாகவும் இருக்கும். உணவு முதலில் மதுர வஸ்துவும் மத்தியில் புளிப்பு, உப்பு, உவர்ப்பு இலைக்கறிகளும் முடிவில் துவர்ப்பு சம்பந்தமான புளிப்புத் தயிர் ஊறுகாய்களையும் உண்ணவேண்டும். அவ்வாறு உண்பவர்கள் சுகத்தை அடைவர்.

எவ்வித மனிதர்களுக்கும் முக்கால் வயிறு உணவேயன்றி முழுவயிற்றுக்கும் உண்ணக் கூடாது. அதற்குக் காரணம் என்னவென்றால் உணவுப் பதார்த்தங்கள் கூடி அரை வயிறு உணவாக பால், மோர், சலம் கூடி கால் வயிற்று உணவு இவைபோக இன்னும் கால்வயிற்று உணவு கொள்ளத்தக்க இடத்தைக் காலியாக வைக்கவேண்டும். அப்படி வைக்காவிட்டால் உணவு செறிமானமாகாது. அதைச் செறிமானிக்கத் தக்க அக்கினியும், வாயுவும் சஞ்சரிப்பதற்கும் இடமில்லாமல் போகும். துவாரத்தையுடைய தீனிப்பையில் இறங்கிய உணவானது 4 – விதப் பிரிவையுடையது. அவை,

ஒரு பங்கு கிருமிகளுக்கும், ஒரு பங்கு மலத்திற்கும், ஒரு பங்கு ஜடராக்கினிக்கும், ஒரு பங்கு தேகத்திற்கும் போகும். ஒருநாள் உண்ட உணவினின்றும் பிரிவுற்ற அன்னரசமானது அந்த ரச தாதுவை நனைத்து ஊறித் தங்கும். 2 – ஆம் கால உண்ட அன்ன ரசமானது அந்த ரசத் தாதுவில் ஏற முன்பு ஊறி நின்ற ரசம் இரத்தத் தாதுவில் பாயும். இவ்வாறே 3 – ஆம் நாள் மாமிசத் தாதுவிலும் 4 – ஆம் நாள் மேதோ தாதுவிலும் 6 – ஆம் நாள் மச்சைத் தாதுவிலும் 7 – ஆம் நாள் சுக்கிலத் தாதுவிலுமாகச் சென்று அத்தாதுக்களை விருத்தியடையச் செய்து 8 – ஆம் நாள் தேகத்திற்குக் குறையாத வலிமையைக் கொடுக்கும்.

15 – ஆவது உண்கல பேதம்

எக்காலத்திற்கும் உணவினை உண்பதற்கு வெள்வாழை இலையே நல்லது. மற்ற இலைகள் மத்திபமாகும். தங்கம், வெள்ளி, வெண்கலம் இவற்றால் செய்த உண்கலம்

மிகவும் நலமாகும். இவற்றையும் விட மண்கலமே சிறந்தது. இத்தி புசிக்க சயமும், பாண்டு ரோகத்தால் பிறந்த நீர்ச்சுரப்பும் விலகும்.

16 – ஆவது அன்னத்தின் பிரமாணம்

அன்னமானது கொஞ்சம் சூடாக இருக்கும்போதே உண்பது உத்தமத்திலும் உத்தமம். இதனால் வாதம், பித்தம், கபங்களினாலும் பீன சத்தினாலும் விளைகின்ற நோய் களையும், அரோசகத்தையும் நீக்கி உடலுக்கு வலிமையைக் கொடுக்கும்.

புழுங்கல் அரிசி அன்னத்தையே உண்ண வாதம், கோபம் நீக்கிப் பலத்தையும், வலிமையான ரோகங்களையும் தரும். இவற்றில் சிறந்தது வேறில்லை. இது நோயுள்ளவருக்கும் உதவக் கூடியதாகும்.

பச்சரிசி அன்னமானது பலத்தையும், குழந்தைகளுக்கு மாந்தத்தையும் உண்டாக்கும். பித்தம், கோபம், மூத்திரக் தொல்லையையும் உண்டாக்கும்.

17 – ஆவது சமைக்கும் விதமும், அதன் பயனும்

பழைய அரிசியைத் தவிடு, நொய் போகும்படி நன்றாகத் தீட்டி முழு அரிசியாக ஆய்ந்து எடுத்து இளவெந்நீரில் கழுவி துணியில் கொட்டிச் சிறிதுநேரம் ஆற வைத்து ஒரு பாத்திரத்தில் அரிசிக்கு மூன்று பங்குத் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பிலேற்றி அது நுரைகட்டிக் கொதிக்கும்போது அரிசியை அதில் போட்டு முக்கால் பாகமாக வெந்தவுடன் கரண்டியால் கலக்கி வடித்துக் கொண்டு மறுபடியும் தணலில் வைத்துப் பக்குவமாய் இருக்கும் சமயத்தில் இறக்கிக் கொள்வதற்குச் சுத்த அன்னமென்று பெயர்.

இதை நல்ல காய்கறிகளோடு உண்டால் வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம் என்ற மூதேகிகளுக்கும் முக்கியமாக உதவும்.

பத்தியங்களுக்கும் உதவும். அதுமட்டுமன்றி குடல் சார்ந்த நோய்களை முழுமையாக நீக்கும். குற்றமுமில்லை. பாலும் சாதமுமாகச் சாப்பிட்டால் பித்தம், கோபம், தாகம் நீங்கும். கொஞ்சம் மந்தத்தன்மையைக் கொடுக்கும். ஆனால் தேகம் உறுதியாகவும், வீரிய விருத்தியும் உண்டாக்கும். இது பாலகவுமார விருத்தியாக உதவும்.

18 – ஆவுது பசும்பாலின் பத்தியம்

பசுவின் பாலைக் குடிக்க வேண்டுமானால் புளிப்பு, துவர்ப்பு, உவர்ப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, இனிப்பு – என்னும் ஆறு சுவையும் அடங்கியிருக்கும். இச்சுவையில் புளிப்பு, துவர்ப்பு ஆகிய சுவையுள்ள பொருட்கள் எவையும் தனிப் பானமாகச் சேர்த்து உண்ணக் கூடாது. சுக்கிலத்தை விருத்தி செய்யும் கார்ப்பு, இனிப்பு ஆகிய சுவையுள்ள பொருட்களைத் தனிப் பானமாகச் சேர்த்து அருந்தச் சொல்வர். இவை இரண்டையும் நோயுள்ள காலத்திலும் அருந்தலாம். மற்றக் காலங்களில் பாலைத் தனியே அருந்த அத்துடன் கற்கண்டுப் பொடியான சர்க்கரையும் சேர்க்கலாம். எட்டு வகையான குற்றங்களை நீக்கிய அன்னத்துடன் சாப்பிட வேண்டுமானால் மதுரமுள்ள பழத்தை அனுபானமாக அருந்தலாம்.

அன்னத்திற்கு எப்போதும் குற்றமில்லை என்றாலும் பாகபேதம் உண்டானால் 8 வகையான தோசங்களும் உண்டாகும். அவை.

முதலாவதாக, அன்னதோசம் என்பது கஞ்சி சிக்கிக் கொள்வதாகும். இதனால் தூமம், விதூமம் என்கின்ற செரிமானங்கள் இன்றிப் பிறப்பனவாகும்.

இரண்டாவதாக, பிச்சில் தோசம் என்பது. அன்னம் குழைந்து போவதாகும். இதனால் ஜடாரக்கினி அணைந்து விடும்.

மூன்றாவதாக, அசுசி தோசம் என்பது மயிர், கிருமி, உமி முதலியவற்றோடு சமைப்பதாகும். இதனால் அரோசகம் உண்டாகும்.

நான்காவதாக, கொதித்தோசம். அதாவது நருக்கு அரிசி அன்னத்தால் உண்டாகும். இதனால் அலசரோகம் உண்டாகும்.

ஐந்தாவதாக, சுக்கிலதோசம் உண்டாகும். அதாவது அன்னம் ஆறியவுடன் உலர்ந்த அன்னத்தை உண்பது. இதனால் விதூமரோகம் உண்டாகும்.

ஆறாவதாக, தக்ததோசம் உண்டாகும். அதாவது காந்திக அன்னம் என்பர். இதனால் சீரணத் தாதுரோகம் உண்டாகும்.

ஏழாவதாக, விரூபதோசம் உண்டாகும். கொழியலரிசி அன்னமாகும். இதனால் ஆயுள் முதலானவை கெடும்.

எட்டாவதாக, அரூபதோசம் என்பர். அனர்த்துத் தோசம் என்பர். அதாவது நொந்து சலம் பிறந்து நூல் இழைத்த அன்னமாகும். இதனால் அதிநித்திரையும் சீதாதி நோய்களும் உண்டாகும்.

19 – ஆவது பால் அருந்துவதற்கு நாழிகை

பசுவின் பாலைக் கறந்து மூன்றே முக்கால் நாழிகைக்குள் அல்லது 5 – நாழிகைக்குள் அருந்த வேண்டும். இவ்வாறு அருந்துவதால் அந்தப்பால் தேவாமிர்தத்துக்கு ஒப்பாகும். அந்தக் காலத்துக்கு மேற்பட்ட பாலை அருந்தினால் சிவனுண்ட விசத்திற்கு ஒப்பாகும்.

20 – ஆவது பதார்த்த வகை

குறிஞ்சி நிலமாகிய மலைச்சாரல் பூமியில் விளைகின்ற துவரம்பருப்பை வெந்நீரில் போட்டுச் சமைத்து உண்ண முதலில் பசுவின் நெய்யுடன் அன்னத்தில் கலந்து சாப்பிட்டால் ஒரு பிடி சதை வளரும். அதுவில்லாமல் குறிஞ்சி நிலத்தில் பயிராகிய பொருட்களெல்லாம் அதிகச் சத்துள்ளதாக இருப்பதால் அந்த நிலத்துத் துவரையே நல்லதாகும்.

துவரம்பருப்பின் ரச குணம்

நவரைவாழைக் கனிபலவின்கனி
நல்லமாங்கனி பாலொடுநெய்க்கறி
கவரிலப்பொழு தேநந்தமாம்பரி
காரங்கேட்கும் பயித்தியக்காரரே
எவருங்காண்க அறைகுது மன்னத்தி
லிட்டுணுங்கறி தன்னுடன்கூடவே
துவரைநீர்மிள குள்ளிலிட்டுக்கொளீர்
துட்டவாதமுந் துஞ்சிடுமுண்மையே.

(இ. ள்) வாழை, பலா, மா என்கின்ற முப்பழங்களையும் பால் நெய்க் காய்கறிகளையும், மிதமின்றிச் சாப்பிட உடனே அக்கினிமந்தம் பிறக்கும். அதை நீக்குவதற்கு வகையறியாமல் சிகிச்சைக்கு அணுகுபவர்களுக்காகக் கூறுகின்றார். துவரம் பருப்புக் கட்டியிருந்த தண்ணீரில் மிளகு, வெள்ளைப் பூண்டு முதலியவற்றைச் சேர்த்து ரசம் வைத்.து அதை நல்ல காய்கறிகள் சேர்ந்த உணவுடன் சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் மேற்கண்ட அக்கினி மந்தம், வாதப்பிரகோபமும் நீங்கும் என்பதாகும்.

21 – ஆவது தண்ணீர் அருந்தும் வகை

உணவைச் சாப்பிட்டப் பின் திருப்தியாகும்படி வெந்நீரை ஒரு தரமாக அருந்தினால் ரூட்சை வாதாதிக்கம், விதாகம், அலசம், வயிற்றுப்பிசம் ஆகியவை நீங்கும். ஆயுளும், சுக்கிலமும் விருத்தியாகும்.

நீரை அண்ணாந்துக் குடித்தால் பாதிரியவாதமும், குனிந்துக் குடித்தால் இருமலும் உண்டாகும். பாத்திரத்தில் வாய் வைத்து அருந்தினால் ஒரு ரோகமும் இல்லை.

இரவில் நீர் ஊற்றிய அன்னத்து நீராகாரத்தை சூரிய உதியாதிக் காலத்தில் அருந்தினால் சுக்கில விருத்தியும்,

உதராக்கினியும், சரீரம் முழுவதும் புத்துணர்வுடனும் இருக்கும். பைத்திய வாதத் தொந்தரவும் விலகும்.

22 – ஆவது கஞ்சி வகை

துன்பத்தைத் தவிர இன்பத்தையே தராத சுக்கில கபரோகிகளுக்கும் உடல் முழுவதும் எலும்பைத் தவிர மாமிசப்பசையை இழந்தவர்களுக்கும் பலமற்று கை, கால் வீழ்ந்தவர்களுக்கும் அருந்த வேண்டிய கஞ்சி வகைகளைக் கூறுகையில், கோதுமை என்னும் பார்லி, அரிசிக் கஞ்சியே மருந்தாகக் கொடுக்க வேண்டும். கோதுமைக் கஞ்சியானது வாதசுரம், ஜலதோசம், கபம், சந்நிபாதம் இவற்றை விலக்கும். தேகத்திற்கு உறுதியையும் தரும்.

23 – ஆவது சேர்க்கை அவலின் குணம்

அவலில் பாலும் நெய்யும் சேர்த்து உட்கொண்டால் உடலுக்குப் பலமுண்டாகும். தயிரில் உட்கொண்டால் மந்தம் உண்டாகும். மோரில் கலந்து உட்கொண்டால் சோகையும், எரிச்சலும் நீங்கும். நீரில் கலந்து உட்கொண்டால் உளியால் வெட்டியது போல் அதுவும் வாய் மடங்கத்தக்க உறுதியான வாய்வு உண்டாகும். ஆகாரத்தை ஏற்றுக் கொள்ளாது. எவ்வகைப் புளிப்புடன் சேர்த்து உட்கொள்வது பித்த ரோகமாகும். இரவில் உட்கொண்டவுடன் சிறிது நேரம் 100 – அடி நடையாக உலாவிப் பின் உறக்கம் கொள்பவர்க்கு முன் சாப்பிட்ட அன்னத்தில் சேர்ந்த விச உணவுகள் யாவும் ஒன்றாகக் கலந்து செரிமானமாகும். இவ்வகைச் சாப்பாட்டால் திரி தோசமும் வராது என்பதை உணரவேண்டும்.

24 – ஆவது தாம்பூல வகை

தாம்பூலம் தரிக்குமிடத்தில் முதலில் வெற்றிலை அன்றி பாக்கை மட்டும் போட்டுக் கொண்டால் குற்றம் உண்டாகும்.

பந்துக்களின் உறவு நீங்கும். முன்பாக வெற்றிலையைத் தின்று பின்பு முறையாகப் பாக்கு வெற்றியிலையை உண்ண வேண்டும். இதுபோன்று உண்பவர்களிடத்தில் இலட்சுமி நிலைபெற்று வாசம் செய்யும். அன்றியும் துவர்த்தல், சொக்குதல், மூர்ச்சைப் புழு, உளுத்தநூள், பிசுபிசுப்பு முதலிய குணங்கள் பாக்குத் தன்மையில் இருப்பதால் இதனை முதலில் உண்பதால் தொல்லை ஏற்படும் என்பதைக் கருதி குற்றமுறும் என்றும் பந்துக்களின் கூட்டுறவு நீங்கும் என்றும் சுண்ணாம்பு தடவாத புனிதமான ஒரு வெற்றிலையை முதலில் மென்று அந்தச் சாற்றை விழுங்கினால் நெஞ்சு கரித்தலானது நீங்கும். மேற்கூறிய பாக்கின் தன்மைகளும் விலகுவதால் இலட்சுமி வாசம் செய்வாள் என்று கூறப்பட்டது.

பாக்கு, வெற்றிலை, சுண்ணம் இவற்றை ஒன்றாக மென்று சாப்பிடும் பொழுது, அதில் வருகின்ற முதல் நீர் நஞ்சுத்தன்மையை நீக்கும். இரண்டாம் நீர் மிகுபயித்தியம், மூன்றாம் நீர் அமிர்தம், நான்காம் நீர் அதியினிப்பு, ஐந்தாம் ஆறாம் நீரானது பித்ததோசம், அக்னி மந்தம், பாண்டுரோகம் இவற்றை உண்டாக்கும்.

25 – ஆவது அதிகவோட்டம், சதா அமர்ந்திருத்தல், நொந்த உணவை உட்கொள்ளல், மிகுந்த காற்றை விரும்புதல் இவற்றின் குணங்கள்

மூச்சு இறைக்கும் படி ஓடுதல், எப்பொழுதும் அமர்ந்தே இருத்தல், சூடு, புகைபடும்படி உலாவுதல், நொந்த சாப்பாட்டை உட்கொள்ளுதல், மிகுந்த காற்றை விரும்புதல் என்னும் செய்கைகளை உடையவர்கள் பயம், அதிதூலம், நேத்திரோகம், அக்கினி மந்தம் முதலிய நோய்களால் வருந்த மகாவாத ரோகங்களும் உண்டாகும். எப்போதும் அதிக நடை நடப்பதால் அமைதியும் சக உடம்பு ஊதியும் பலமும் மந்தமாகவே இருக்கும். சுக்கிலப் பட்சீணம் எனக் கூறும் அழகுத்தன்மையும் கெட்டு, கிழ உருவமும் உண்டாகும்.

26 – ஆவது சயன வகை

இலவம் பஞ்சு மெத்தையில் நித்திரை கொள்ள உட்சூடு நீங்கும். பருத்தி மெத்தையில் நித்திரை கொள்ள இரத்தம், விந்து, காமம், சுரம் இவற்றை விருத்தி செய்யும். நற்குணமுள்ள கோரைப் பாயில் நித்திரைக் கொள்ள அக்கினி மந்தமும், சுர வேகமும் நீங்கும். தேகக்குளிர்ச்சியும் சுக நித்திரையும் உண்டாகும்.

கழுத்திற்கும் – தோளுக்கும் மத்தியில் இருக்கும் அளவான உயரமுள்ளதாகவும் நீளம் வேண்டிய அளவிற்கு இலவம் பஞ்சியினாலான தலையணையின் மேல் தலை வைத்துப் படுத்துக் கொண்டால், பாதம் முதல் தலை வரையுள்ள எந்தப் பக்கத்து நரம்புகளும் அழுந்தாமலும், நெறிப்படாமலும் சமமாக இருக்கவேண்டும். இதனால் தலையைப் பற்றிய அனைத்து நோய்களும் நீங்கிவிடும்.

27 – ஆவது புணர்ச்சி வகை

துயரம், அச்சம், உடல் முழுவதும் உரோமம், அதிகக்கோபம், தூங்கி விழுதல், அலித்தன்மை, நாணம், பசி, கருப்பம், தாகம், தன் வயதுக்கு மேற்பட்ட வயதினருடன் புணர்ச்சியில் ஈடுபடுவது, புணர்ச்சி வெறுப்பு, சுபமின்மை, சூசி முக யோனிரோகம், அலட்சியம், கோபம், அழகின்மை, கற்றாழை நாற்றம், கோள் சொல்லுதல், அதிதூலரோகம் ஆகியவையாவும் மகளிருடைய சகல வியாதிகளுக்கும் காரணமாகும். இவையன்றி தேவப்பெண்கள், குருபத்தினி, இராஜபத்தினி, ஏழைப்பெண்கள், விலைமாது, விதவை ஆகிய இவர்களை வணங்கிப் போற்றுபவர்களைத் தரித்திரியமும் துன்பமும் எப்போதும் நெருங்கி வராது. இவர்களைத் தொடர்பு கொண்டு மற்றவர்களையும் தொடரச் செய்யும் குணங் கொண்டதாக அமையும். எனவே மனைவியைத் தவிர மற்ற பெண்களிடத்தில் கவனமாக இருத்தல் நன்மையாகும்.

28 – ஆவது அரோக சந்தானப் புணர்ச்சி

பதினாறு வயதுள்ள பெண்கள்இருபது வயதுள்ள கணவனுக்குச் சரீரம் முழுவதும் மறைக்காமல் இருவருக்கும் ஆசை ஒன்றாகி மனமும் ஒன்றாகி மாதத்திற்கு ஒருமுறை இராத்திரி காலத்தில் உறவுமுறை வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். அப்படிக் கூடும் காலத்தில் உருவாகும் கருவானது தாய் – தந்தையருக்கு உள்ள பலத்தை தன் சரீரத்தில் பொருந்தி தேகப் பலமுள்ளதாகக் குழந்தைப் பிறக்கும். வியாதியும் வராது. அப்படி வந்தாலும் சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் நீங்கிவிடும். தாய் – தந்தையருக்கும் எவ்வித நோயும் அணுகாது. தேகமும் உறுதியாக இருக்கும் என்பது கருத்தாகும்.

மேற்கூறிய பெண்களுக்குக் கருப்பப்பையும், சோணிதம் எனப்படுகின்ற சிறுநீரகப்பையும் சுத்தமாக இருக்கவேண்டும். கணவனுக்கோ சுக்கிலமும், வாதமும், இருதயமும் சுத்தமாக இருக்கவேண்டும்.

பெண்களுக்கு ருதுவான பன்னிரண்டு நாட்களுக்குள் கூடவேண்டும். அந்நாட்களில் சுக்கிலமும் போய், கருப்பை சுத்தமாக இருக்கும். ருதுவான முதல் மூன்றுநாளும் அசுத்த நாள் ஆகையால் கருப்பையின் முகத்துவாரமும் அதிகமாக விரிந்திருப்பதாலும் அவ்வழியாகச் சுக்கிலத்தின் பங்கு மிகுதியாக இருப்பதுடன் சேர்ந்தாலும் அக்குழந்தை அலியாகப் பிறக்கும். மற்ற ஒன்பது நாட்களில் இரட்டித்த நாட்களில் சேர்ந்தால் ஆண்குழந்தையும் ஒற்றைப்பட நாட்களில் சேர்ந்தால் பெண்குழந்தையும் பிறக்கும். இந்த விவரத்தைப் பற்றி 'சரீரம்' என்னும் சாத்திர நூலில் முதல் அத்தியாயத்தில் தெளிவாக அறிந்து கொள்ளமுடியும்.

29 – ஆவது தினப் புணர்ச்சியின் குணம்

கொக்கோக சாத்திர விதியின்படி பலவித பெண்களுடன் இரவும் பகலும் நித்திரை இல்லாமல் புணர்ச்சி செய்கின்றவர்களிடத்தில் மிகுதியாக உண்டாகும் வியாதிகளை அளவிட முடியாது. அப்படியும் அளவிடத் தொடங்கினால் அதற்கு முடிவே இருக்காது. அதற்குப் பரிகாரம் செய்யும் மருத்துவன் கைக்கும் ஓய்வில்லை என்றும் உணர வேண்டும்.

30 – ஆவது இரவில் நித்திரைப் பங்கத்தின் குணம்

இராத்திரியில் நித்திரை செய்யாதவர்களிடத்தில் நிலையாக இருப்பதற்குக் காரணம் சித்த மயக்கம் முதல் மந்தம் வரையில் சொல்லிய நோய்கள் பொருந்தும். அத்துடன் வேடுவனுடைய நாய்கள் கௌவுவது போலப் பல வியாதிகளும் கௌவிக் கொண்டு இருப்பதாகப் பொருளாகும்.

31 – ஆவது பால் நித்திரையின் குணம்

பால் நித்திரையானது தண்டம், மேட்டாக்ஷீயம், ஊருத்தம்பம், சருவாங்கம், உக்கிராக்கிரகம், சுப்தி, அனுத்தம்பம், திருக்குத்தம்பம், சோணிதம், ஆட்டியம், புருவாடோபகம், கிருத்திரசி, ஊர்த்துவம், சம்பூகம், அவபேதம், அவதந்திரம், அவதானம், விவுர்தாசியம் என்னும் பதினெட்டு வித வாதரோகங்கள் விளைவிப்பதற்கு ஒரு வித்தாகும். ஆகையால் பால் நித்திரை செய்யக் கூடாது. இந்த 'வாதரோகங்களின்' விவரங்களையெல்லாம் 'நயனாமிர்தம்' என்னும் சாத்திரத்தில் எட்டாவது அத்தியாத்தில் விவரமாகக் குறிக்கப்பட்டுள்ளதைக் கண்டு தெரிந்து கொள்வது அவசியமானதாகும்.

உ

V. பீர்முகம்மது

திருவாய் மலர்ந்தருளிய

திரு மெய்ஞ்ஞான சரநூல்

காப்பு

ஆரணத்தின் அரும்பொருளாய் உறைந்த நாதி
அகண்டபரி பூரணமாய் நிறைந்த சோதிக்
காரணத்தின் காரணனைத் துதித்து நாளும்
கதிமுகம்மது இறசூலைக் கருத்துள் வைத்து
வாரணத்தின் சதுயார்கள் பதங்கள் போற்றி
மாற்றுமொழி மார்கள்பதம் வணங்கி வாழ்த்தித்
தாரணியோர்க் குணர்வுதிப்பத் திருமெய்ஞ்ஞானச்
சரநூலை முறைமுறையாய்ச் சாற்றுவேனே.

நூல்

எண்சீர் ஆசிரிய விருத்தம்

பொன்னான மெஞ்ஞானச் சரநூ லென்னும்
புகழ்பெரிய சாத்திரத்தின் புதுமை தன் னை
இந்நிலத்தில் அறியாத மாந்தர்க் கல்லால்
எடுத்துரைக்கும் பரிசுதனை இயம்பக்கேண்மோ
முன்னான சாத்திரமாம் குசக்க லத்தின்
முன்னிலையில் தடியென்ற பெருமை தோன்றக்
கன்னல்ரசச் செந்தமிழின் கவிதையாகக்
கருத்துறயான் கவலறுற்றேன் உலகத்தோரே 1

உலகவர்க்குச் சரநூலை ஒளிப்பில்லாமல்
ஓதும்வகை ஏதெனவே உவந்துகேளாய்
நிலைகரும நிலையாது நெறியாய்க் கூறு
நீடுழி வாழ்வரசு நிலைப்பதோடு
விலகுவதும் வருங்காலம் செல்கா லங்கள்
வியனுறவே நிகழ்காலம் மரணகாலம்
நிலைபெரிய இந்நூலின் காரணத்தின்
காட்சிதனைக் கருதிப்பார் காணும்தானே 2

கருநிலையில் தரித்தகனல் பொறியின் காட்சி
ததித்துலவும் வாயுவொடு கலந்தொன்றாகி
உருவெடுத்து உயிரென்று உடலைச் சூழ
ஓடிவரும் சரமாக உடலுக் குள்ளே
திருநிலையில் வரையும் பிரியநாடித்
திசைவாயுத் திரிகோணம் அறுகோணத்தில்
சுருக்குவலை தாமரைநூற் சொருகும் வாராய்ச்
சுழன்று வரும் ராட்டினத்தின் சுழலைப் போலே 3

சுழன்றுவரும் இருகலையும்ஒன்றோடி ரண்டாய்ச்
சொல்லுகிற விடகலை சந்திரனே யாகும்
உழன்றுவரும் வலகலைசூ ரியனேயாகும்
ஒருமித்த இருகலைதான் சுழிமுனைதீயாம்
எழும்பிவரும் சரமொன்றின் விதமே அஞ்சு
இயல்பாக இயம்புகிறேன் அறிந்து பாராய்
வளம்பெரிய வாயுவுதான் மேலே நோக்கி
வந்தோடு நாழிகையொன்று ஓய்ந்திடாதே 4

நாழிகைதான் ஒன்றரையாய்ப் பூமியோடு
நலமான கீழ்த்திசையே நளினமாக
நாழிகைதா னொன்றேகான் மூக்கந்தண்டி
நடுவாக ஓடும்அது அப்புத்தானே
நாழிகைமுக் கால்பக்க விளிம்பு பற்றி
நன்றாக வோடுமது தேயுவாகும்

நாழியரை யாகாச நடுவதாக
நாடாம லோடுமடா நாளில் பாரே 5

நாழியொன்றுக் கரையாகக் கலையொன்றுக்கு
நடக்கும்இனி யறுகலையின் அற்றுப் போகும்
நீளாமல் இருகலையும் சேர்ந்தே ஓடு
நிலையாதுசுழிமுனையே செருப்புமாச்சு
நாழிகை ஒன்றிற்குச் சரத்தி னோட்ட
நடக்குமடா முந்நூற்றுஅறுப தாக
நாளொன்றுக்கு இருபத்தோ ராயிரத்து
நாலோருபத் தைந்துசரம் நடக்கும்பாரே 6

பாரப்பா வெள்ளிதிங்கள் புதனே மூன்றும்
பக்குவமாய் விடிகாலம் சந்திர னோடும்
சேரப்பா செவ்வாயும் சனிஞாயிறும்
செங்கதிரோன் ஓடுமடா விடியும் காலம்
வாரப்பா இனியொருநாள் வியாழன் மட்டும்
வளர்பிறைக்குச் சந்திரனே வளர்ந்துஓடும்
கூரப்பா தேய்பிறைக்குச் சூரியன்றான்
குதிகொண்டு ஓடுமடா கோணந்தானே 7

தானான வாரமது ஏழும் சொன்னேன்
தப்பிவரும் சரத்துடைய பயனைக்கேளாய்
வேனானஞாயிறிலே சரமேதப்பில்
வியாதியது மெய்தனிலே வளரும் பாராய்
ஆனான திங்களிலே சரமே தப்பில்
உறுதியினால் அவர்காலம் முடிவுமாகும்
கானுலவும் செவ்வாயில் சரமேதப்பில்
கலக்கமுறும் பெரியவொரு கலகமாச்சே 8

ஆச்சப்பா புதனதிலே சரமே தப்பில்
அபாயமடா தொடுத்தவகை பலியாதப்பா
நீசப்பா குருவாரம் சரமே தப்பின்
நிலையாதுபொருட்சேர நினைத்ததெல்லாம்

சூட்சுமமாய்ச் சுக்கிரனில் சரமே தப்பில்
சொல்லுகிறேன் மக்களுக்குச் சேதமாகும்
தாழ்ச்சியடா சனிவாரம் சரமேதப்பில்
உனக்கொரு தத்துவந்து தப்புவாயே 9

தப்பாக இருகலையும் தவறியோடில்
உனக்குவரும் சனிதோசம் தடையில்லாமல்
ஒப்பாகஒருபுறத்தில் ஒருநாளோடி
ஒருமூன்று வருடத்தில் இறந்துபோவான்
அப்படியே ஒருபுறத்தின் ஆறே ஓடில்
ஆறாகும் மாதம்அடாவறுஅதிக் காலம்
செப்புகிறேன் சந்திரனில் இசவே ஒன்றும்
செங்கதிரோன் பகலொன்றும் இயங்கிற்றானால் 10

ஆனாலும் அருளான யோகியானால் அவன்
பெருமை எவராலும் அறியொண்ணாது
போனசர மீளாமல் சுழலுமாகில் போகுமடா
ஒரு மூன்று மாசத்துள்ளே
நாணாமல் இருசரமும் ஒன்றாய் ஓடி நாற்பது
ஆறாநாளில் அல்லோ நமனைக் காண்பான்
போனசரம் மீளாமன் மேலே வாங்கில்
பொய்யல்ல உறுதியென்று அறிந்துபாரே 11

அறிந்துகொள்ளச் சொல்லுகிறேன் இன்னும்கேளாய்
அப்பப்பா சந்திரன்தான்இயங்கும்போது
சிறந்தமனை குடிபுகுதத் தனம்பு தைக்கச்
சேராம லிருந்தவரைச் சேர்த்துவைக்கும்
விரைந்தேறும் விசமிறக்க விதைவிதைக்க
வேந்தர்களைத் தெரிசிக்க வேள்விசெய்ய
பிறந்தபிள்ளை பேர்குறிக்கப் பிணியும் தீர்க்கப்
பிரியமுடன் யாபாரம் பலவும் கொள்ள 12

கொள்ளைமனம் கோதையரை நாட்கு றிக்கக்
கொடிதான பகையிடம் ஒழுகிச் செல்ல

வெள்ளமடா கீழ்க்கிணறு வெட்டிக் காண
வேந்தர்முதலமைச்சருக்குத் தூதனுப்ப
அள்ளியிரு கையாலும் ஐயம் ஈய
ஆகுமடா வித்தனையும் சந்திரன் மீது
தெள்ளியதோர் சூரியன்றான் இயங்கும்போது
தீர்க்கமாய்ச் செய்வகையைச் செப்பக்கேளே 13

செப்பக்கேள ரமனை களம்பா லங்கள்
சிறப்புடைய மாளிகைகள் சித்ரகூடம்
ஒப்பரிய சித்ரபடாம் ஒளிர்வி தானமுடைமை
வகை மருந்து வகையாவும் செய்யக்
கப்பலடா கடன்மேலே பயணம் பண்ணக்
கடிதான பேய்பூதம் அலகை யோட்டச்
செப்பணியும் முலையாளைச் சேர்ந்துவாழச்
செயமாகப் படைபொருத வழக்கு ரைக்க 14

உரையான மந்த்ரமுத லேதும் செய்ய
ஒழுங்காகக் கலைஓதச் சரங்க ளுன்ன
திருவான தேவர்முதற் பெரியோர் மற்றத்
தேவரையும் திருமுன்னே வரவழைக்க
குருபாதம் பணிந்துவுப தேசம் கேட்கக்
கொள்ளையிடப் பதியேறக் குளிக்கநீரில்
தருகாத பூமியுள்ள தனமேடுக்குத்
தம்பனமே செய்ய நலமாகும் பாரே 15

பாடியவோ ரிருசரமு மியங்கும்போது
பலியாது சுழிமுனையே பழியுமாச்சு
ஆடியவோர் சரமோடும் புறத்தைத் தானே
அதிகமதாய்ப் பூரணமென் றுரைக்க லாச்சு
சாடியேவோர் சரமோடாப் புறத்தைத் தானே
சாற்றுகிறேன் சூனியமென் றறிதற் காகத்
தேடிமிக வந்தொருவ னுன்னைக் கேட்டால்
தீர்க்கமாய்ச் சொல்குறிச் சொல்லக்கேளே 16

சொல்லக்கேள் கெர்ப்பனியாள் கெர்பந் தன்னில்
சூல்ஆணோ பெண்ணோஎன் றுன்னைக்
கேட்டால்
வல்லகலை சூரியனில் வலமே கேட்கில்
வளர்ந்திருக்கும் பாலகன்றான் ஆணேயாகும்
அல்லவலன் சூனியத்தி னின்று கேட்கில்
ஆணாகு மதன்கால மற்றுப்போகும்
நல்லகலை சந்திரனில் பூரணந்தான்
நாரியின்சூல் பெண்ணென்று நாட்டுவாயே 17

நாட்டுவாய் சூனியத்தில் நின்றேகேட்கின்
நாரியின்சூல் பெண்ணதுவு நமனைச்சேரும்
நாட்டிலின்ன மாதினிக்கு மதலையுண்டோ
நன்றாகச் சொல்லுமென்று ஒருவன்கேட்கில்
கூட்டிதோர் பூரணமே குழந்தையுண்டு
கொடிதான சூனியமே குலமற்றுப்போம்
தீட்யநாள் சூரியனுந் திங்கண்மாது
தீர்க்கதாய் நீயெவர்க்கும் செப்பலாமே 18

செப்பியதோர் கருவைதானே என்றாலும்
செயமாமோ குறைவாமோ என்றுகேட்கில்
தப்பாது சூரியனில் பூரணந்தான்
தப்பிவிட்ட நாளாகும் சூனியத்தில்
மெய்ப்பான சந்திரனின் மெதுவாய்ச் சேரும்
வேறாகும் சூனியத்தில் தருமம்எல்லாம்
ஒப்புடனே காணாத முதலைக் கேட்கில்
உடன் வருமே பூரணசந்திரனின்று தானே 19

சந்திரனில் சூனியமும் பிரயாசந்தான்
சார்ந்துபோம் சூரியனில் பூரணந்தான்
எந்திரமாம் சூரியனில் சூனியந்தான்
எத்தேச காலமில்லை எழுந்து போச்சு
சந்திரனில் யாத்திரை செய் வோர்க்குமேற்குத்
தம்பினது ஆற்றுஆங்கு தங்கள்தமக்கேஆச்சு

உந்திவரும் சூரியனில் கீழ்வடக்கு
உற்றவகை தப்பினதால் உனக்குஆகாதே 20

உனக்காகச் சூரியனில் பயணம்போக
ஒற்றைபடிமூன்றுதரம் வலதுகாலால்
இனிதாகக் குதித்தல்லோ தத்திப்போதல்
இயல்பாகும் இருசரமும் ஒன்றுமாகில்
தனக்குள்ள இருகாலும் ஒன்றாய்க் கூட்டித்
தத்திப்போ மூன்றுதரம் மூச்சடக்கித்
தனையள்ளன் மற்றொருவ ரறியொண்ணாது
தங்காமல்நிரைத்துவரும் படையைக் கண்டால் 21

படைபொருதுஅச் சந்திரனில் கச்சைகட்டிப்
பரிவுடனே சூரியனில் பாய்ந்து செல்லச்
சடுதிவரும் படையானால் சந்திரனாகில்
சறுகுதலாய்பின்பறித்து முன்னேசெல்ல
அடவுடனே சுழிமுனைதா னியங்குமாகில்
அகலாமல் இருகாலும்கூட்டிமொன்றாய்
இடைகாணா நிலைபிரியாது இருத்துமூச்சை
எழும்பிநின்று மேனோக்கி ஏற்றுவாயே 22

ஏற்றிடுவாய் சூரியனில் மாற்றான் தன்னை
ஏறிடுவாய் பூரணத்தில் எதிரிபட்டான்
ஒற்றையடா சூரியனார் தானேயாகும்
உத்தமியாள் சந்திரனும் ஒரிரண் டாகும்
ஒற்றைநிலை கைக்கருவும் ஆண்பால்அப்பா
ஓடிவரும் சந்திரனில் ஒருபெண்ணாகும்
வித்தையடா உடலுக்குள் அடைந்தவாவி
வெளிதழன்று வெறுங்கூடாம் வித்தைக் கேளே 23

விதமாக உடலுக்குள் அடைந்த மூச்சு
விர்த்தியொடு சூத்திரமா இருக்கும்போது
இதமாக ஈராறங் குலமேயொடும்
இருநான்கு அங்குலமே ஏறுமுள்ளே

துதியாகப் பேசுகையில் பதினாறோடும்
துடியாக இருநான்கு தொடுத்துள்ளேறும்
கதிநடையில் இருபதுபோய் பத்துமீளும்
கடும்வேலைக்கு அறுநான்கின்
முந்நான்குஏறும் 24

முன்னேறும் சண்டையிலே ஆறுஆறோடின்
மூவெட்டு அங்குலமே முன்னில் சென்று
கண்மூடிச் சயனமிடில் ஆறுஎட்டோடிக்
கடுகிவரும் ஐயாறு கரு திப்பாராய்
உன்னியுன்னி யோடுகையில் ஒன்பத்தாறு
ஒன்றுக்குப் பாதியடா உயரவேறும்
இன்முலையாள் சேர்க்கையிலே எட்டெட்டோடி
எண்மூன்று அங்குலமே ஏறும்பாரே 25

பாரப்பா இவ்விதத்தால் ஆவியெல்லாம்
பறந்தோடிப் போறதினால் பிராணன்போச்சு
நீரப்பா கால்வயிறே அருந்தவேண்டும்
நித்தமும் அரைவயிறே அமுதம்அருந்தல்
நேரப்பா முப்பாம் தினமொன்றுக்கு
நித்திரையை நெடுநாளில் நிறுத்திப்போடு
சீரப்பா வறுகோணத் தெழுந்தவாய்வைச்
சிந்தையிலேஉள்ளடக்க விதத்தைக்கேளே 26

விதமென்ன வொழியாமல் ஓடுநாடி
வீசிவருமோர்எழுத்தை விளம்பிக் கொண்டு
இதமான ஆசானை எழுத்தைக் கேட்டு
எள்ளளவும் பிசகாமல் சரத்தினூன்றி
ஒதுறதே வாய்திறந்தால் ஒழுகிப் போச்சு
ஒகோகோ சரமதனை ஒன்றாய்மாட்டி
மாதிறத்தின் வாய்மூடி மனதில் பூட்டி
வாசித்தால் மரணக்கலை சாகாதப்பா 27

சாகாது தவறாமல் ஒடுநாடிச்
சரமொன்று தப்பிவிடில் சற்றே போச்சு

வாகாக ஒரெழுத்தா இழுத்துமூச்சை
வாசித்து வெறிவீச வழக்கமாகும்
ஓகோகோ வொருமூச்சுக்கு இருக்கால்ஒது
உத்தமனே ஒருமூன்று நாளில் ஏலறு
பாகமதா ஒருபது நூறாயிரந்தான்
பழக்கமதாய்க் கொண்டுவசம்
அணையேநாளில் 28

நாளுக்கு நாட் பழக்க மதிகமாக
நடந்தேறு நாதத்தை நன்றாய்ச் சூட்டி
வேழத்தைத் தும்பியிலே கட்டொண்ணாது
விதமென்ன கலையதையே விரும்பிக்
கொள்ளு
நாளுக்கு நாளாவி வளர்ந்தேயேறு
நலமான சுத்திதனைச் செய்துகொள்ளு
ஊழூழி காலமெல்லாம் உண்டேநானும்
மூலவர்க்கு விந்நூலை யோதினேனே 29

ஓதுகின்ற சரமதனை உலகத்தோர்க்கு
ஒளியாமல் உரைத்தவிதம் உளாதபேர்க்கு
வேதகுல வாவாஞ்சி பேரனான
வேந்தனெனும் சிறுமலுக்கர் ஈன்றபாலன்
நீதமிலா திந்நூலைப் பொய்யென்னாமல்
நிலைநிறுத்தப் பீர்முகம்ம தென்போன் யானே
வேதமெனு மெய்ஞ்ஞான சரநூலென்றே
விளம்பினேன் கவிமுப்ப தாகமுற்றே 30

கலைச் சொல் விளக்கம்

1. அத்துவா (6) – வன்னம், பதம், மந்திரம், புவனம், தத்துவம், கலை

2. அவத்தை (5) – சாக்கியம், சொப்பனம், சுழுத்தி, துரியம், துரியாதீதம்

3. இந்திரியம் 2 வகை – 1. ஞானேந்திரியம் (5).
மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி
2. கன்மேந்திரியம் (5)
வாக்கு, பாதம், பாணி, பாயுரு, உபத்தம்

4. ஐந்து மூர்த்திகள் –பிரமன்,திருமால்,உருத்திரன், மகேசுரன், சதாசிவம்

5. உடம்பு வகை – அன்மைய கோசம்
பிராணமய கோசம்
மனோமய கோசம்
விஞ்ஞானமய கோசம்
ஆனந்த மயகோசம்,

6. உடம்பின் மற்றொரு வகை – தூலசரீரம், சூக்கும சரீரம், குணசரீரம், கஞ்சுக சரீரம், காரணசரீரம்

7. உயிருணர்வு – உணர்வது உயிரே, ஐம்பொறி, புலன், மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் முதலிய கருவிகளால் உணர்வது. அவ்வாறன்றி அதுதானே உணர்வது உயிருணர்வு, ஏனையவை முறையே, புலனுணர்வு, மனவுணர்வு

8. உலகம் (7) – பிரமலோகம், விட்டுணுலோகம், உருத்திரலோகம், மகேசுரலோகம், சதாசிவலோகம், சிவலோகம்

9. கலைகள் (5)
(சைவசித்தாந்தம்) – நிவர்த்தி, பிரதிட்டை, வித்தை, சாந்தி, சாந்தியதீதை

10. கன்மேந்திரிய விடயங்கள் – வசனம், கமனம், தானம், விசர்க்கம், ஆனந்தம்

11. காமியம் (8) – தருமம், ஞானம், வைராக்கியம், செல்வம், அதருமம், அஞ்ஞானம், மனவுறுதியின்மை, வறுமை

12. காரியக் கடவுளர்– பிரமன், திருமால், உருத்திரன், சீகண்டர், அனந்தர்

13. சத்தி நிபாதம் – சத்தி வீழ்தல், அருள் வீழ்ச்சி, அருள் உயிரின் அறிவில் கலத்தல்

14. சந்திர மண்டலம்– அகரம், உகரம், மகரம், விந்து அர்த்தசந்திரம், நிரோதினி, நாதம், நாதாந்தம், சத்தி,கலைகள் 16, வியாபினி, வியோமரூபினி, அனந்தை, அனாதை அனாசிருதை, சமனை, உன்மனை

சந்திரகலை பதினாறும், அவற்றின் இடங்களும்

எண்	கலையின் பெயர்	வேறுபெயர்	இடம்
1.	அகரம்	மேதை	தொப்புள் (நாபி)
2.	உகரம்	அர்க்கீசம்	இருதயம்
3.	மகரம்	விடகலை	கழுத்து
4.	விந்து		
	புருவமத்தி		
5.	அர்த்தசந்திரன்		
	நடுநெற்றி		
6.	நிரோதினி		தலை
7.	நாதம்		தலை

8.	நாதாந்தம்	தலை
9.	சத்தி	தலை
10.	வியாரினி	தலை
11.	வியாம ரூபினி (வியாமரூபை)	தலைக்கு மேல்
12.	அனந்தை	
13.	அனாதை	
14.	அனாசிருதை	
15.	சமனை	
16.	உன்மனை	

இப்பதினாறனுள், முதல் பத்தும் இறுதி இரண்டும் ஆக பன்னிரண்டும் 'பிரசாத கலைகள்' என்பர்.

15. சிதாகாயம் – உயிரின் உணர்வு நிலை 36 தத்துவங்களையும் கடந்து, சிவத்தை உணரும் பொழுது, இவனைப் பரநிலையாகிய தத்துவம் கடந்த நிலையில் அருவமாகவும் அதற்கு அப்பாலும் சொரூபமான சிவத்தின் இயல்பான நிலையில் உணரும். அந்த உணர்வு நிலையைச் சிதாகாயம் என்பர். இந்த உணர்வுக்கு எட்டாத சிவத்தின் நிலை கணக்கில் அடங்காது. அவை 'பரமாகாயம்' எனப்படும். ஆகாயம், வெளி, நாம் காணும் பௌதீக ஆகாயம் அன்று.

16. சிவகலைகள் (10)

1. இந்திகை – எல்லா அசுத்தங்களையும் போக்குபவன்.
2. தீபிகை – ஒளி வழங்குபவன்
3. ரோசிகை– அழகை விளைவிப்பவன்
4. மோசிகை–அனைத்துத் தொடக்கங் களிலிருந்தும் விடுபட்டவன்
5. ஊர்த்துவகாமினி – மேல்நோக்கிச் செல்பவன்
6. வியாபனி – எங்கும் பரவுபவன்
7. வியோமரூபினி – ஆகாயவடிவு கொண்டு, எங்கும் நிறைந்தவன்

8. அனந்தை – அழிவற்ற நிலையை அருள்பவள்

9. அனாசிருதை – சிவதத்துவம், சத்தி தத்துவம் – இவற்றைப் பற்றாத நிலையில் உள்ளவன்

10. உன்மனி

11. சிவனும் சக்தியும்

சிவன்	– சத்தி
நாதம்	– விந்து
சதாசிவம்	– மனோன்மணி
உருத்திரன்	– உமை
திருமால்	– இலக்குமி
பிரமன்	– வாணி

17. சதாசிவன் முகம் (5) – ஈசானம், தத்புருடம்,

வாமதேவம்,அகோரம்,
சத்யோஜாதம்

18. சிவாகமம் (28) – காமிகம், யோகசம், சந்தியம், காரணம், அசிதம், தீப்த், சூட்சுமம், சகஸ்ரம், அம்சுமான், சுப்ரபேதம், விசயம், நிசுவாசம்,சுவாயம்புவம், அக்னேயம், வீரம், ரௌரவம், மகுடம், விமலம், சந்திரஞானம், முகவிம்பம், புரோத்கீதம், லலிதம், சித்தம், சந்தானம், சர்வோக்தம், பாரமேச்சுரம், கிரணம், வாதுளம்.

19. சுத்தத்து விதம் – இது இறை உயிர், உலகத்தின் சம்பந்தம். இது மூன்று கூறுகளை உடையது.
1. ஒன்றாதல் – சிவம் உலகிலும் உயிரிலும் வியாபகமாக நிற்றல்
2. வேறாதல்–சிவம் வேறாக நின்று நிமித்த காரணமனாகி உலகையும், உயிர்களையும் படைத்தல் உயிர்களுக்கு அறிவுக்கு அறிவாக இருந்து அறிவூட்டுதல்.

3. உடனாதல் – உயிர்கள் அறியும் போது உடன் நின்று அறிதல்.

20. சூக்கும உடம்பு – தன்மாத்திரை ஐந்தும் மனம், புத்தி, அகங்காரம் என்ற **3** அந்தக் கரணங்களும், ஆக **8** தத்துவங்கள் உடைய உடம்பு

21. செவிலித்தாய் இருவர்– குண்டலிசத்தி, சிற்சத்தி (நற்றாய் அருட்சத்தி)

22. முப்பத்தாறு தத்துவங்கள்

மாயை

1. சுத்தமாயை

மாமாயை, குடிலை, குண்டலி, விந்து

2. அசுத்தமாயை

அதோமாயை, மோகினி

பிரபஞ்சம் (3)

சத்தப்பிரபஞ்சம், அத்தப்பிரபஞ்சம், அசுத்தப்பிரபஞ்சம்

அசுத்தப்பிரபஞ்சம் (7)

காலம், நியதி, கலை, வித்தை, அராகம், புருடன், மூலப்பகுதி என்பன

பிரகிருதி மாயையில் தோன்றும் தத்துவங்கள்

அந்தக்கரணம் **4** – மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம்

தன்மாத்திரை	**5**
ஐம்பூதம்	**5**
ஞானேந்திரியம்	**5**
கன்மேந்திரியம்	**5** என்ற **24** மட்டுமே

பிறவகைப்பாடுகள்

ஆன்ம தத்துவம்	**24**

சுத்தத் தத்துவம் 5
வித்தியா தத்துவம் 7
ஆக மொத்தம் 36

23. தாத்துவிகங்கள் (60) – (புறக்கருவிகள்)

நிலம் (5) எலும்பு முதலானவை
நீர் (5) மூத்திரம் முதலானவை
தீ (5) வெம்மை முதலானவை
காற்று (10) பிராணவாயு முதலிய தசவாயுக்கள்
ஆகாயம் (10) அத்தி முதலானவை

1. காமம், குரோதம், லோபம், மோகம், மதம், மாச்சரியம் 6
2. பேசுதல், நடத்தல், செய்தல், மூத்திரம் வெளியேற்றுதல், மலம் வெளியேற்றுதல் 5
3. சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் 5
4. சத்துவம், இராஜசம், தாமதம் 3
5. அகங்காரம் முதலியன மூன்று 3

காமம், கோபம், திரிபு (மயக்கம்) 3

24. தாதான்மிய சம்பந்தம் – சக்தியும் சிவமும் வேறாகாது,
(பூவும் மணமும் இருதிறப்பட்டு நிற்றல்)

25. தேவர் மூப்பத்து மூவர்– 33 கோடி

உருத்திரர் 13
சூரியர் 12
வசுக்கள் 8
அசுவினிதேவர் 2

26. நவசத்திகள் – வாமை, சேட்டை, ரௌத்திரி, காளி, கலவிகரணி, பலவிகரணி, பலப்பிரமணி, சர்வபூத்தமணி, மனோன்மணி

27. நவநிலை– 1. அருவம் – சிவம், சத்தி, நாதம், விந்து
2. அருவுரு – சதாசிவம்

3. உருவம் – மகேச்சுரன், பிரமன், திருமால், உருத்திரன்

28. நாடி (10) – புருடன், காந்தாரி, அக்கினி, அலம்புலி, இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை, சிங்குவை, சங்குனி, குருதம் (குணா)

29. பட்சம் (2) – சம்பு பட்சம், அணுபட்சம்

30. மலம் (5) – ஆணவம், கன்மம், மாயை, மாயேயம், திரோதாயி

31. முத்தி (3) – சீவன்முத்தி, பதமுத்தி, பரமுத்தி

32. முடிச்சு (3) – பிரமக்கிரந்தி, விணுக்கிரந்தி, உருத்திரக் கிரந்தி இவை ஆறு ஆதாரங்களும் இரண்டு இரண்டாகக் கொண்டவை.

33. மூன்றுவகை உயிர்கள்

1. சகலர் – மும்மலம் உடையோர்.
2. பிரளயாகலர் – ஆணவம், மாயை என்ற இருமலம் உடையோர்.
3. விஞ்ஞானாகலர் – ஆணவமலம் மட்டும் உடையோர்.

34. வாக்கு **(4)** – சூக்குமை, பைசந்தி, மத்திமை, வைகரி

35. தசவாயுக்கள்

1. பிராணன் – இதயம் இயங்கிச் சுவாசம் விட உதவும்.
2. அபானன் – கீழ் நோக்கும் வாயு, மலசலம்
3. சமானன் – உண்ட உணவை ஜீரணிக்கச் செய்வது.
4. உதானன் – மேல் நோக்கும் வாயு, நாபியில் நிற்பது
5. வியானன் – உடல் முழுவதும் வியாபித்து இருப்பது. இரத்தவோட்டத்தை உண்டாக்குவது.
6. நாகன் – நீட்டல், முடக்கல், சொல்லல், விக்கல் இவற்றிற்குக் காரணமானது.

7. கூர்மன் – இமைத்தல், விழித்தல், மயிர்ச்சிலித்தலை உண்டாக்குவது
8. கிரிகரன் – தும்மல், இருமல், வெம்மை, சினம் இவற்றை உண்டாக்குவது
9. தேவதத்தன்– ஒட்டம், இளைப்பு, வியர்வை, கொட்டாவி இவற்றை விளைவிப்பது.
10. தனஞ்சயன் – உயிர் பிரிந்தாலும் உடம்பில் நின்று உச்சந்தலை வெடித்து

வழிவிடப் போவது.

36. வித்தியேசுரர் (8) – அனந்தர், சூட்சுமர், சிலோத்தமர், ஏகநேத்திரர், ஏகதுத்திரர், திரிமூத்தர், சீகண்டர், சீகண்டி

முகிழ்ந்தது.

வேண்டுகோள்

கருணையுள்ளங்கொண்ட நம் முன்னோர்கள் அரிய பெரிய இலக்கியங்களையும், பிறவற்றையும் பனை ஓலைகளில் எழுதிச் சுவடிகளாக நமக்குத் தந்தனர். அவை பல்வேறு இடங்களில் முடங்கி உள்ளன. சுவடிகள் பழுதடைவதற்குமுன் சரசுவதி மகாலுக்கு அன்பளிப்பாகக் கொடுத்துதவினால், அவை மக்களுக்குப் பயன்படும்.

மகாலுக்குக் கொடுப்பதன் மூலம், சுவடி தந்தவர்களும், சுவடி எழுதியோரும் அழியாப்புகழை, பெருமைசால் சரசுவதி மகால் உள்ளளவும் பெறுவர். அவை பதிப்பாகி வருமாயின் சுவடி தந்தார் பெயர் இடம்பெறுவதோடு, அப்பதிப்பில் ஐந்து பிரதிகளும் பெறுவர்.

எனவே, நாம் பெற்ற பேறு பெறுக இவ்வையகம் என்ற எண்ணமுடைய நற்பண்பாளர்கள் தம்மிடமுள்ள சுவடிகளைச் சரசுவதி மகாலுக்குத் தந்துதவ வேண்டுகிறேன்.

தஞ்சாவூர்

மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர்
மற்றும் இயக்குநர்
சரசுவதி மகால் நூலகம்.